

# AUGUST 2017

KALENDERMÅNED AUGUST  
KALENDERÅR 2017  
1. DAG I UGEN MANDAG

mandag	tirsdag	onsdag	torsdag	fredag	lørdag	søndag
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	Noter Frem til uge 42 vil fokus primært være på basistræning. Vi vil forsøge at øge elevernes hurtighed, styrke, core og koordination således, at den enkelte elev vil være bedre fysisk rustet til selve håndboldtræningen, og til at kunne udføre håndboldspecifikke bevægelser				

da  
gs  
no  
te  
r  
da  
gs  
no  
te  
r  
da  
gs  
no  
te  
r  
da  
gs  
no  
te  
r  
da  
gs  
no  
te  
r

mandag  
tirsdag  
onsdag  
torsdag  
fredag  
lørdag  
søndag

31  
1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10  
11  
12  
13  
14  
15  
16  
17  
18  
19  
20  
21  
22  
23  
24  
25  
26  
27  
28  
29  
30  
31  
1  
2  
3  
4  
5

Første træning.  
Velkomst og kompetencehjul

Test

Basistræning, Core og målvogtertræning (JE)

Basistræning, måtte, afleveringstræning og målvogtertræning (JE)