

REMA 1000 HÅNDBALLSKOLEN

Nordreisa il håndball ønsker alle påmeldte velkommen til morsomme dager sammen.

GENERELL INFORMASJON OM REMA 1000 HÅNDBALLSKOLE

<u>Dato</u>	Mandag 26.02- onsdag 28.02 2018
<u>Tidspunkt</u>	Kl 08.00- 15.00
<u>Aldersgruppe</u>	40 gutter og jenter i alderen 6-11 år (øvede og nybegynnere)
<u>Sted</u>	Nordreisa hallen
<u>Betaling:</u>	Betaling utføres ved registrering/oppmøte mandag 26/02 kl 08.00 Barn

- Deltagere vil få utdelt t-skjorte og håndball. Påmeldt etter frist, så vil det ikke være t skjorte eller ball til alle fra Rema 1000 - Men vi i klubben ordner ball.
- Husk at alle må ha med drikkeflaske med vann, inne joggesko og egnede klær til å bevege seg i. Ha gjerne med et par ekstra sokker i trenings bag som kan byttes om ungene blir svette eller trør seg våte. **Husk å merke alt** utstyr med barnas navn (også drikkeflasker)
- Nordreisa stiller med 6 instruktører fra klubbens spillere (16 åringer). I tillegg frivillige foreldre og spillere fra 12 års lag, som hjelper til med matserveringen. Instruktørene er utstyrt med en retningsguide m/tips og råd for gjennomføring av håndballskolen. På håndballskolen vil det være fokus på å utvikle individuelle ferdigheter og samspill. Instruktørene vil lede barna i alderstilpassede øvelser og teknikker. Målet er at alle barna skal oppleve glede og mestring uansett om de er nybegynnere eller øvede håndballspillere. For de eller minste er det fokus på lek med ball.
- Vi tilbyr barna en fullverdig og sunn frokost, lunsj samt frukt hver dag. Husk å gi hovedansvarlig (arrangør) skriftlig beskjed om allergier eller andre forhold som omhandler barnets helse
- Husk å føre opp ditt barn på listen på inngangsdøren ved levering og henting, husk at navn på foresatt som kan kontaktes og telefonnummer til **foresatt MÅ sjekkes/føres** på listen.

PROGRAM DAG 1

- 08:00 Mottak/innsjekking, betaling via kontant, terminal eller vipps

- 08:15 Frokost
- 08:45 Inndeling i grupper ved instruktørene
- 09:00 Oppstart økt 1
- 10:30 Frukt og grønt måltid
- 11:00 Oppstart økt 2
- 12:30 Varm lunsj/frilek
- 13:30 Oppstart økt 3
- 14:45 Avslutning med oppsummering
- 15:00 Håndballskolen dag 1 slutt

PROGRAM DAG 2

- 08:00 Oppmøte innsjekk, frokost.
- 08:45 Finne sine grupper
- 09:00 Oppstart økt 1
- 10:30 Frukt og grønt måltid
- 11:00 Oppstart økt 2
- 12:30 Varm lunsj/frilek
- 13:30 Oppstart økt 3
- 14:45 Avslutning med oppsummering
- 15:00 Håndballskolen dag 2 slutt

PROGRAM DAG 3

- 08:00 Oppmøte innsjekk, frokost
- 08:45 Finne sin gruppe
- 09:00 Oppstart økt 1
- 11:00 Lunsj/Frukt og grønt måltid
- 12:00 Mini turnering- her kan foreldre delta på tribunen vist de vil
- 14:00 Utdeling av diplomer og teknikkmerket
- 14:45 Avslutning med oppsummering
- 15:00 Håndballskolen slutt