

Varmt välkommen till uppstarten av säsong 25/26 med vårt klubbgemensamma kick off-läger!

Helgen 16-17 augusti fyller vi tillsammans med träningar och samvaro, det kommer att bli riktigt kul! Helgens program:

Inbjudan Ledarträff

Kallade: Alla ledare, styrelse samt kanslipersonal

Datum: Fredag den 15 augusti kl. 18.00 – 22.00

Plats & program: Återkommer vi med.

Anmälan: Via formuläret nedan.

Inbjudan Läger: Spelare & ledare

Kallade: Alla spelare i Alingsås HK födda 2017 och tidigare

Datum: Lördag den 16 augusti - söndag den 17 augusti

Logi: Alströmergymnasiet, hårdförläggning (födda 2009-2016 övernattar, födda 2017, 2018, HFA, juniorer och seniorer deltar dagtid)

Incheckning logi: Övernattande lag checkar in lagvis från kl. 07.00 lördag 16/8 enl. schema som finns på hemsidan 8 augusti.

Utcheckning logi: Fram till kl. 11.00 söndag 17/8

Träningshallar: Estrad, Alströmer, Östlyckan, Nohaga, Noltorp och Gamla Tennishallen

Träningsstider: Enligt schema som finns på hemsidan 8 augusti

Hemsida: www.ahk.nu

Ledarna för resp. övernattande lag ansvarar för sina spelare hela helgen **dag som natt**.

Lördag: Föreläsning och matcher

Föreläsning/utbildning för U13 och U14 (separat utskick görs till berörda grupper).

I Estrad: Herrmatch mot Önnered 13.30 (träningssmatch) och dammatch mot Kärra kl. 16.00 (ATG Svenska Cupen). Kickoff-deltagarna på plats, självklart AHK-klädda. Mellan matcherna bjuds det på frukt&fika i foajén.

Söndag: KM – AHK-mästerskapen i minihandboll för 8-14 åringarna

På söndag eftermiddag samlar vi spelare från U8 (födda 2017) till U14 (födda 2011) i Estrad ca. kl. 14.00–17.00 för en gemensam aktivitet. Deltagarna delas in i mixade lag och spelar minihandboll på tre planer (U8–U10, U11–U12, U13–U14). Matcher varvas med samtal i laget, där fokus ligger på värdegrund och vad det innebär att vara en bra

lagkamrat och en god AHK:are. Våra seniorspelare är lagledare under dagen och domare kommer från juniorerna. Under eftermiddagen serveras korv med bröd. Målet är att stärka gemenskapen mellan åldersgrupperna och ge utrymme för både kul minihandboll, gemenskap och reflektion.

Anmälan och betalning

Formuläret nedan skall fyllas i (glöm ej ev. specialkost), men anmälan blir endast giltig genom betalning av anmälningsavgiften **senast 8 augusti** till bg 443-7786 eller Swish till 123 197 91 11. Ange spelarens namn samt födelseår vid betalning (tex. "Lasse Larsson 2009"). OBS: även ledare anmäler sig via formuläret, men deltar kostnadsfritt.

Anmälningsavgift, spelare

- 125:- Spelare i födda 2006, 2007, 2008 (endast träning och lunch lördag)
- 550:- Övernattande spelare (födda 2009-2016), två träningar, fyra måltider, KM
- 150:- Spelare födda 2017, deltar endast söndag (träning, lunch och KM)
- 125:- Spelare födda 2018, deltar endast lördag (träning och lunch)
- 150:- HFA, träning + lunch, lördag och träning + teori söndag
- 375:- Ev. medföljande förälder (inkl. samtliga måltider och logi, aktivt deltagande önskas).
- 0:- Ungdomsledare anmäler sig via formuläret, men deltar kostnadsfritt.

Måltider

Lördag	Lunch	11.30-14.30 (Potatismos, köttbullar, gräddsås, lingon)
	Middag	18.00-20.00 (Tacobuffé)
Söndag	Frukost	07.00-09.00
	Lunch	11.30-13.30 (Gräddig kycklinggryta sweet chili med ugnsröstad potatis)

Packlista (förslag)

- Luftmadrass / liggunderlag
- Sovsäck / sängkläder / kudde
- Träningskläder inne / ute
- Tränings skor inne / ute

- Handduk 2 st
- Necessär
- Myskläder, badtofflor
- Vattenflaska
- Strumpor, behövs ett par nya varje träning så att man inte får skavsår!
- Mobilladdare (om man har med mobil)
- Fickpengar / godis (ingen kiosk på lägret)

Välkommen med din anmälan, AHK önskar en fortsatt skön sommar!

Med vänlig hälsning,

Alingsås HK