



# INBJUDAN TILL

IFK Skövde Handbollsakademi

DÄR INDIVIDUELL TEKNIKTRÄNING STÅR PÅ  
PROGRAMMET

Flickor & Pojkar Födda 2002-2005

Måndag 15 april 09.00-15.00

VÄLKOMMEN!



Matias Helt Jepsen



Rickard Hanisch



Håvard Åsheim

## - IFK SKÖVDES HANDBOLLSAKADEMI -

Vi har nu glädjen att kunna presentera tredje tillfället av IFK Skövdes nya ungdomscamp, HandbollsAkademin. I samarbete med Idrottslyftet bjuder vi härmed in länets ungdomar till akademidagar för flickor och pojkar födda 2002-2005 (13-16 år).

Under dessa dagar erbjuder vi individuell handbollsträning, fysisk skolning samt teoretisk utbildning i en härlig mix.

Vid tre endagarstillfällen arrangeras högklassig handbollsutbildning i Arena Skövde. Individuell försvars- och anfallsteknik, tillsammans med specifik målvaktsträning står på programmet.

Projektledare för HandbollsAkademin är IFK Skövdes elitmålvakt Håvard Åsheim. Håvard har spelat 80 talet U-landskamper för Norge, varit uttagen på läger med det norska Rekruttlandslaget och tillhört Haslum de fyra senaste säsongerna. I projektgruppen för Handbollsakademin ingår även IFK Skövdes Sportchef Uffe Nyström. Uffe har varit förbundskapten för svenska U- och J-landslaget under 7 år, arbetat med vårt A-landslag under åtta år och även tränat svenska elitlag. Dessutom arbetat med SHF:s handbollsgymnasieverksamhet under drygt 10-talet år.





# - IFK SKÖVDES HANDBOLLSAKADEMI -

**När:** Måndag 15 april (påsklov)

**Plats:** Arena Skövde

**Tid:** 09.00-15.00

**Hitta hit:** Egnells väg 1, 541 40 Skövde

**Kontakt:** Marcus Dahl, 0500-414050, kansli@ifkskovdehandboll.com

## Information

### Medtag:

Boll, vattenflaska, träningsutrustning, tape & annan egenvård.

### Instruktörer:

Spelare och ledare från föreningens elitlag. Dessutom ledare från vår Ungdomsverksamhet. Under ledning av projektledare Håvard Åsheim och Uffe Nyström.

### Kostnad:

275 kr/ spelare och tillfälle, inkl. lunch & frukt.

Avgiften kommer att faktureras i efterhand.

### Program:

Handbollsträning, handbollsteori och fysiskträning.

### Anmälan:

Maila namn, förening, ålder, position, kontaktuppgifter och eventuella allergier till kansli@ifkskovdehandboll.com

Anmäl senast 1 april.

Varmt välkomna till IFK Skövdes Handbollsakademi





# Sport

IDAG: SPORT S21-26 • SVERIGE S28 • VÄRLDEN S29 • VÄDER S36 • TV S38

HANDBOLL. Ungdomar tränade extra på sportlovet

## Populär IFK-akademi

**AKTIVITET.** IFK Skövde HK arrangerar en handbollsakademi för ungdomar och på torsdagen var det dags för det andra tillfället av tre.

– Det är fint för dem som är hemma och har lust att träna lite extra, säger IFK-målvakten Håvard Åsheim.

Tanken är att de unga spelarna som är med på akademin ska få chansen att träna lite extra under en dag samt kunna träffa spelarna i IFK Skövde och få lite nyttiga tips av dem.  
Fokus ligger på individuell teknik.  
– Det är mycket individuellt. Vi kan inte jobba med hur de spelar i laget utan det får de göra i sina klubbar. Här får de möjligheten att testa lite olika saker som till exempel lite målvaktsträning och individuell skoteknik, fortsätter Håvard, som är projektledare för

hjälp till ibland, men det är inte lätt att vara i andra klubbar så det är kul att se dem som kommer hit utifrån och har lust att vara med, fortsätter IFK-målvakten.

Sammanlagt var det ett 50-tal skollediga ungdomar som var med, vilket är lite färre än i höstas då ett 80-tal spelare deltog vid det första tillfället.

Många av spelarna i IFK Skövdes A-lag var med som ledare och det var uppskattat bland de unga spelarna som kunde lära sig mycket av sina förebilder.

Sammantaget var det en bra dag enligt Håvard Åsheim.  
– Jag är väldigt nöjd med dagen och jag tror att alla har haft roligt, säger han.

Det tredje och sista tillfället i IFK Skövdes handbollsakademi kommer att vara runt påsk.

Johan Espefjäll



Individuell skotträning var ett av momenten under dagen i Arena Skövde.



Ett 50-tal ungdomar deltog på torsdagens träningsdag.

**OMBYGGNADSREA**  
**20-70%**  
på mängder av varor  
Hjälp oss lösa...  
Fredag på Röda Rummet  
Alla gaster sitter till bordet

**BB-Bo**  
Börje Bapelsjöns Kök med Damer  
Fredag på Röda Rummet  
Alla gaster sitter till bordet

**Sport**  
**Bryter med Arboga**  
STOCKHOLM IFK Arboga som tävlar med Skövde IK med ströket till Allsvenskan var Conny Strömberg 21:a i klubblagen i IFK Arboga säger det. Efter att ha betett kontrakt som tränare.  
– Jag spelade självstans där jag får betalt så får vi se vad Strömberg i IFK Arboga. (17)  
**Kontakta oss!**  
Jan Larsson (sportchef) 0500-46 75 33 - jan.larsson@sla.se  
Johan Espefjäll 0500-46 75 33 - johan.espefjall@sla.se  
Eric Augustsson 0500-46 75 33 - eric.augustsson@sla.se  
Lina Hedman 0500-46 75 33 - lina.hedman@sla.se

**IFK satsar för gemenskap**  
Handboll med individuell teknik träning stod på programmet för IFK Skövdes handbollsakademi på torsdagens träningsdag. Nästan 50 ungdomar från Skarborgs handbollsklubbar deltog under träningsdagen.  
Det är i samarbete med sin idrottsutvalda lärna som IFK Skövde IK har startat ett nytt ungdomsprojekt. IFK Skövdes handbollsakademi. Träningen är planerad till den tredje och sista veckan av sportlovet i februari, och väntas under i februari.  
Initiativtagare och projektledare är IFKs nystående målvakt Håvard Åsheim.  
– Jag jag kom hit till Skövde så jag vill att vi ska ge något till de unga som vi nu har för skadeprojekt, säger han.  
**Skapar relationer**  
Närmare 80 tjejer och killar, födda mellan 2002 och 2005, deltog under träningsdagen som där det handlade om såväl handbollsakademi som skapande av relationer.  
– Vi bjöd in spelare från olika klubbar för att på så sätt förstå varandra. För vår del var vi gästerna i den andra gemenskapen där vi ska vara på Skövde i slutet av året. I dag blev det nästan 80 stycken, vilket är ett stort antal.  
**Stärks insats i Ungern**  
På måndagen var det alla ungdomar för IFK-målvakten. Under helgen befann sig de i Ungern.  
– Det är viktigt att de unga spelarna som kommer utomlands ska ha en bra upplevelse och lära sig mycket av sina förebilder.  
**Samlade Skarborgs ungdomar för träningsdag i arenan**  
Handboll med individuell teknik träning stod på programmet för IFK Skövdes handbollsakademi på torsdagens träningsdag. Nästan 50 ungdomar från Skarborgs handbollsklubbar deltog under träningsdagen.  
Det är i samarbete med sin idrottsutvalda lärna som IFK Skövde IK har startat ett nytt ungdomsprojekt. IFK Skövdes handbollsakademi. Träningen är planerad till den tredje och sista veckan av sportlovet i februari, och väntas under i februari.  
Initiativtagare och projektledare är IFKs nystående målvakt Håvard Åsheim.  
– Jag jag kom hit till Skövde så jag vill att vi ska ge något till de unga som vi nu har för skadeprojekt, säger han.  
**Skapar relationer**  
Närmare 80 tjejer och killar, födda mellan 2002 och 2005, deltog under träningsdagen som där det handlade om såväl handbollsakademi som skapande av relationer.  
– Vi bjöd in spelare från olika klubbar för att på så sätt förstå varandra. För vår del var vi gästerna i den andra gemenskapen där vi ska vara på Skövde i slutet av året. I dag blev det nästan 80 stycken, vilket är ett stort antal.  
**Stärks insats i Ungern**  
På måndagen var det alla ungdomar för IFK-målvakten. Under helgen befann sig de i Ungern.  
– Det är viktigt att de unga spelarna som kommer utomlands ska ha en bra upplevelse och lära sig mycket av sina förebilder.  
**Samlade Skarborgs ungdomar för träningsdag i arenan**  
Handboll med individuell teknik träning stod på programmet för IFK Skövdes handbollsakademi på torsdagens träningsdag. Nästan 50 ungdomar från Skarborgs handbollsklubbar deltog under träningsdagen.  
Det är i samarbete med sin idrottsutvalda lärna som IFK Skövde IK har startat ett nytt ungdomsprojekt. IFK Skövdes handbollsakademi. Träningen är planerad till den tredje och sista veckan av sportlovet i februari, och väntas under i februari.  
Initiativtagare och projektledare är IFKs nystående målvakt Håvard Åsheim.  
– Jag jag kom hit till Skövde så jag vill att vi ska ge något till de unga som vi nu har för skadeprojekt, säger han.  
**Skapar relationer**  
Närmare 80 tjejer och killar, födda mellan 2002 och 2005, deltog under träningsdagen som där det handlade om såväl handbollsakademi som skapande av relationer.  
– Vi bjöd in spelare från olika klubbar för att på så sätt förstå varandra. För vår del var vi gästerna i den andra gemenskapen där vi ska vara på Skövde i slutet av året. I dag blev det nästan 80 stycken, vilket är ett stort antal.  
**Stärks insats i Ungern**  
På måndagen var det alla ungdomar för IFK-målvakten. Under helgen befann sig de i Ungern.  
– Det är viktigt att de unga spelarna som kommer utomlands ska ha en bra upplevelse och lära sig mycket av sina förebilder.



Träningsdagen arrangerades för tjejer och killar födda mellan 2002 och 2005.

