

ISTÄLLET FÖR SPINNINGEN KÖR EN

ISHOCKEY TRÄNING

Linköpings HC vill utöka samarbetet med företagarna. Vi vill kunna erbjuda friskvård i form av ishockeyträning.

Vi har tänkt starta upp en träningsgrupp med ishockeyträning som träningsform. Dvs.

vi kommer att vara på is varje torsdag mellan kl 7.30-8.30 med start den 15 september (samma dag som seriepremiären är för LHC), och avslutar sista veckan i april. Vi vet att det finns många som har spelat ishockey i unga år och som vet att ishockey är en jobbig sport. Så istället för att gå till gymmet och köra spinning en timme i veckan, så

kör vi ett tufft träningspass på isen. Träningen kommer att vara upplagd som ett "riktigt" ispass, med uppvärmningsövningar, spelövningar och skridskoåkning.

Efter träningen bjuds det på frukost i Cloetta Center, där man kan prata om träningen som har varit, eller om något jobbrelaterat.

Vi kommer att stå för underställ, träningströja, damasker, tejp, handdukar, schampo, tvättning av kläder, mm. Utrustning står ni själva för, men det finns möjlighet att köpa utrustning från JOFA/REEBOK till rabatterat pris.

För att få en okej kvalité så är kravet att man kan åka skridskor och kunna behandla puck.

Som tränare kommer ni att ha före detta LHC-spelaren Fredrik Emvall. Någon av våra A-lagstränare eller spelare kommer också att medverka på någon träning. Två föreläsningar är också inplanerade.

Priset för detta är 10 000 kr/plats (exkl moms).

För mer information kontakta Fredrik Emvall (fredrik.emvall@lhc.eu)

0709-55 05 25 eller er personliga kontakt på marknad.