
VÄSTGÖTAHOCKEY

Februari 2006

Årgång 11

Nummer 104

Målvaktsskola Lidköping

37 målvakter från 10 föreningar har deltagit i en målvaktsskola i Lidköping. Vi har genomfört den tillsammans med HC Lidköping. Huvudinstruktör har varit Bruce Smith från Hockey ministreies international. En Kanadensisk hockeyorganisation som har verkat under några år i Lidköping. Bruce Smith är "gammal" AHL målvakt.

Vi har ju tidigare under säsongen i Tidaholm också genomfört en målvakts dag med Thomas Högborg HV 71 som instruktör. Naturligtvis har våra egna målvaktsinstruktörer varit assisterande både till Bruce och Thomas. I Tidaholm var det 13 målvakter från 4 föreningar närvarande.

Målvaktsskolan är ett utav många delar i att utveckla Västergötlands ishockeymålvakter. Just detta att få ta del av en instruktör från ett av världens bästa målvaktsländer nämligen Canada är oerhört positivt och spännande.



Steve Smith, Målvaktsinstruktör från Canada

Nästa steg i utbildningen av målvakter är att genomföra 4-5 tillfällen med off ice träning. Dels en i den norra delen av distriktet och dels en i den södra delen av distriktet. Tidsperioden maj fram till skolavslutningen.

Vi återkommer med inbjudan !

Roger Lindh

Utbildningsledare

Västergötlands ishockeyförbund.

Tobaksprojekt

Utvecklingskommittén inom Västergötlands ishockeyförbund har vid fortbildningen Vårt spel i Falköping delat ut en bag innehållande 20 stycken reflexvästar till samtliga ishockeyföreningar i distriktet som har ungdomsishockey.

Hockeyförbundet har tillsammans med 6 andra specialdistriktsförbund genomfört tobaksprojektet tillsammans med Västergötlands idrottsförbund. Tidigare hette projektet snusprojektet.

Reflexvästarna kan/skall användas vid off ice träning, uppvärmningen innan match etc.

Det finns ett utmärkt studiecirkelmaterial kopplat till tobaksprojektet nämligen Vettiga vanor. Utmärkt att bedriva i studiecirkel för föreningens 13 och 14 års lag. Är du intresserad kontakta under-tecknad eller ditt lokala studieombud hos SISU.



Ulf Högberg, Borås HC t.v. Frans Jonsson, Fotskäls HC t.h

Anders Magnusson

Projektledare

Tobaksprojektet

Västergötlands ishockeyförbund.

VÅRT SPEL.

I september 2005 i Skara presenterade utvecklingskommittén pärmen vårt spel. Tankar och idéer kring vårt spel med förbundets distriktslag. I Falköping den 23 januari 2006 presenterades målvaktsövningar samtidigt gjorde man en lite utvärdering hur pärmen har använts ute i distriktets klubbar.

Del i arbete med vårt spel är ett projekt kring fys träning.



Christer Stovell, Svenska ishockeyförbundet

Christer Stovell, Kungsbacka, region Syds fysansvarige samt fysansvarig inom SIF för åldern 15-16 års spelare, inledde med en föreläsning om vikten av fys inom ishockeyn. Här följer ett sammandrag av Christer Stovell pratade om:

- En nedåtgående trend vad det gäller de fysiologiska testerna har märkts för ungdomsspelarna inom svensk ishockey. Medelvärdena understiger svenska motionärens snittvärden. Svenska ungdomsspelare är för dåligt tränade.
- Ungdomshockeyspelare bör delta i så många idrotter som möjligt vid unga år som komplement till barmarksträningen. Brottningssträning är klart bäst som alternatividrott.
- Föreningarna lämnar allt för enkelt över ansvaret för fyssträningen till tränarna som för tillfället tjänstgör i lagen – föreningarna saknar egna idéer/mål/visioner vad det gäller fysdelen. Löpning klart bäst som konditionsträning, börja vid 10års ålder. Träna 3x20 minuter med kvalitet.
- De första 3-4 veckorna 3-6 minuters arbete.
- Därefter 1-3 minuters arbete.
- Ju närmare seriespel, ju kortare tids intervaller, avsluta med 30 sek nära seriespelet.

Fyssträning sliter mycket så kosten och vilan är viktiga komponenter. Ju bättre individuellt tränade spelarna är ju bättre lag erhålles.

De flesta som slutar efter TV - Pucken är dåligt tränade.

Träna i tiden – ha inte för bråttom – jobba på sikt

Utvecklingskommittén jobbar vidare med nästa avsnitt till pärmen som alltså skall handla om fys träning. Startskottet var föreläsning med Christer Stovell.

47 deltagare fanns i Falköping denna måndagskväll !

Christer Helgesson

Spelarutbildningsansvarig

Västergötlands ishockeyförbund.

Nu kan du påverka vad som behöver göras genom UNGDOMSHOCKEYRIKSDAGEN

Välkommen till **UNGDOMSHOCKEYRIKSDAGEN** i Västergötland Torsdag den 16 mars 2006 med start kl. 18.00 – avslutning 21.30

Plats: Hotell Falköping Medborgarplatsen 1 Falköping 0515 – 831 70

Alla som är intresserade av hockeysportens utveckling – men framförallt ledare, tränare och företrädare för ungdoms- och juniorishockeyn inbjuds.

Program:	18.00	Samling med fika Hotell Falköping
	18.30	Inledning
	18.45	Syftet med ungdomsriksdagen
	19.00	Informationsblock med Janne Ericsson hockeykonsulent Svenska ishockeyförbundet.
	19.45	Distriktslagsverksamhet / Christer Helgesson
	20.00	Handslaget – Jan Leonardsson Svenska ishockeyförbundet
	20.15	Grupparbete
	20.45	Redovisning
	21.00	Vad gav Hockeykonsulentens utvärdering för svar ?
	21.15	Avslutning

1) Hockeykonsulenterna kommer att presentera sitt arbete i föreningarna kommande säsong. Men dessutom lyssna på föreningarnas synpunkter och önskemål.

2) Olika projekt inom Handslaget År 4 presenteras och Ansökningshandlingar lämnas ut. Information och möjlighet till frågor.

Meningen är att det inte bara ska bli envägskommunikation utan kom och lyssna, lämna dina synpunkter – diskutera vad som ska prioriteras av Hockeykonsulenten nästa säsong!
Vi vill att Du ska vara delaktig och påverka utvecklingen av svensk ishockey.

Anmälan: Roger Lindh Pökängsgatan 11 543 34 Tibro 0504 – 15348b, roger.lindh@vghockey.net senast den 12 mars 2006.

Svenska Ishockeyförbundet
TOMMY BOUSTEDT
Utvecklingschef

Västergötlands Ishockeyförbund
Roger Lindh
Utbildningsledare

Anton Strålman

Anton Strålman har blivit nominerad, som 3:dje spelare, till titeln årets Rookie.

Juryns motivering:

”Trots sin ringa ålder och orutin etablerade han sig snabbt i Elitserien med ett vårdat och bra passningsspel och med härlig spelförståelse.”

Läs mer på hockeyligan.se <http://www.hockeyligan.se/nyheter.php?nid=7855>

Anton har även fått vara med och träna med A-landslaget efter att Andreas Holmqvist, LHC tackat nej till landslaget.

Läs mer på hockeyligan.se <http://www.hockeyligan.se/nyheter.php?nid=8094>