

# ODENSE SOMMERHOCKEYSKOLE 2017

**Rasmus Lyø, Søren Pedersen, Martin Larsen, Frederik Sørensen fra Odense Bulldogs** har været på *Odense Sommerhockeyskole*. Vil DU med?

**Vi er SÅ klar!** Odense Ishockey Klub kan med glæde og stolthed meddele, at vi har åbnet for tilmeldingen til den 19. udgave af vores Sommerhockeyskole. Vi er klar til at levere 6 spændende og intensive ishockeydage i Odense i uge 31 (fra søndag den 30.07. til fredag den 04.08.), sommeren 2017. Og vi håber på, at I lægger en uges sommerferie i Odense og lader de unge ishockeyspillere svede hos os. Selvom rammerne er de samme, så er indholdet lidt anderledes: lidt ændringer på dagsprogrammet, lidt færre ishockeyspillere og nye træneransigter. Og samtidigt en BILLIG hockeyskole. Du skal fortsat købe din hockeyskole med Dankort/Visadankort i webshoppen på [oikshop.dk](http://oikshop.dk). Det gør det nemt at handle.

## 19. udgave af Sommerhockeyskolen er på vej

Det er 19. år der arrangeres Sommerhockeyskole i Odense. Udover at være den ældste, så er vi også den billigste hockeyskole i Danmark for dagselever. Alle årene har OIK stået som arrangør af hockeyskolen. De første år var der udelukkende tale om et tilbud til klubbens spillere. Masser af ishockeyklubber har deres egen skole, men måske du vil prøve noget andet?

Tanken har fra begyndelsen været at skabe en intensiv uge med ishockeytræningens mange facetter som tema. Vi anser vores hockeyskole som en god start på 8 måneders ishockeysæson. Skolen planlægges af foreningen OIK. Men det store arbejde lægges selvsagt i uge 31, og der er hjælp fra en række frivillige mennesker i OIK's organisation – og udefra. Hvert år har vi instruktører fra andre danske klubber og fra andre nordiske lande. Både som inspiration for vores egne trænere og spillere. Martin Larsen, Søren Pedersen, Anders Feddersen, Michael Eskesen, Asger Petersen og mange flere spillere fra Metalliga-hold rundt i Danmark er at finde på holdbillederne fra hockeyskolerne i de sidste 18 år. Og dertil kommer landsholdspillere fra en række andre klubber, som vi har haft forbi Odense i årenes løb.

## Deltagere

Piger og drenge kan deltage på *Odense Sommerhockeyskole '17*. For drenge og piger gælder det, at det er spillere født årgang 2010 til årgang '99 (U19-spillere). De fleste hold vil rumme 2 - 3 årgange. Der oprettes ikke selvstændige pige-/kvindehold, men spillerne kan deltage på hold passende til deres niveau/alder. Derimod hilser vi den unge, talentfulde gruppe pigespillere, som findes i Danmark meget velkomne.

## Tidsrum

I sommeren 2017 er Odense Sommerhockeyskole placeret sidste dag i uge 30 og 5 dage i uge 31 (dvs. fra **søndag den 30.07. til fredag den 04.08.**) Der vil være fremmøde og istræning fra søndag til og med fredag. Således tilbyder hockeyskolen mindst et ispas om søndagen. Starttidspunkt om søndagen vil blive meldt ud i juli samt i velkomstbrevet.

## Holdstørrelser

*Odense Sommerhockeyskole '17* tilstræber at overholde de retningslinier som er gældende for svenske ishockeyskoler (se [www.swehockey.se](http://www.swehockey.se)). Dette indbefatter også holdstørrelser. Vi har valgt at have max. 30 udespillere og max. 4 målmænd på hvert hold. Dette stiller selvsagt krav til trænerens sammensætning af istræninger. Men fordi temaet for en række træninger vil være individuelle færdigheder kan træningerne gennemføres med dette antal spillere. Det er vigtigt at pointere, at holdene ikke nødvendigvis fyldes op. Der arbejdes ud fra ATK materialet udarbejdet af DIU.

## Sammensætning af grupper

*Odense Sommerhockeyskole '17* sammensætter holdene således, at vi får nogenlunde homogene hold. Dette betyder at en række spillere kan placeres på hold som er yngre eller ældre, afhængigt af hvor mange tilmeldinger der er i de enkelte årgange. Generelt er det skolens politik, at spillere udefra er på hold med mindst én klubkammerat, hvis dette er muligt. Du kan godt fremsætte et ønske i god tid inden hockeyskolen, hvis der er spillere du gerne vil være på hold med. Spørgsmål om gruppe-sammensætning rettes til Anders Holst på [ah@oik.dk](mailto:ah@oik.dk). Dette gælder både før og under ishockeyskolen. Enkelte spillere kan være placeret "forkert", hvilket kan blive justeret først på ugen i uge 31. Vi ønsker at øge kravene til spillere på ældste hold. Således vil vi gerne sammensætte en gruppe med højt niveau, hvor de ældste spillere presses lidt ekstra. Vi tilstræber at have en række U15/U17/U18 spillere med i ældste gruppe. På de 2 ældste grupper vil vi gerne øge kravene og bruger *Odense Sommerhockeyskole* som en seriøs forberedelse til de unionssamlinger, som følger umiddelbart efter i august.

## Trænere og ledere

I løbet af forår og sommer 2017 vil ledere og trænere blive slået op på [www.oik.dk](http://www.oik.dk) samt internt i Odense Ishockey Klub. *Odense Sommerhockeyskole '17* vil også have trænere fra Sverige samt en række danske trænere. Der er allerede taget kontakt til svenske instruktører.

## Ordensregler/opførelse

Alle deltagere forpligter sig til at overholde de ordensregler, som er gældende i Odense Idrætspark og Odense Isstadion. Dertil gælder OIK's regler for opførelse. Det er nødvendigt med fælles "spilleregler", når så mange spillere er samlet på samme sted. Hvis reglerne ikke overholdes kan deltagerne bortvises fra skolen uden refundering af indbetalte beløb. Deltagere og forældre er forpligtiget til at efterleve de regler som anvises af trænere og ansatte ved Odense Idrætspark. Regler for færdsel i Odense Ishockey Klub findes ophængt mange steder i hallen.

## Ugeplan

Der bliver lavet visse ændringer på ugeskemaet. Der vil fortsat være 2 ispas pr. gruppe pr. dag. Men sandsynligvis større variation i længden på dagene. Ugeskema med klokkeslæt samt aktiviteter sendes til alle deltagere i juli 2017. Det fremgår af ugeskemaet, hvornår hver gruppe mødes fra søndag til fredag, og hvad der skal medbringes hver dag. Planen kan ændres i løbet af ugen af hensyn til vejr og andre faktorer. Vi forsøger at tilføje nye aktiviteter til ugeplanen i den kommende sommer. Centralt er fortsat de mindst 11 istræninger.

### Hvad skal medbringes til dagsprogrammet?

Alle deltagere skal medbringe ishockeyudstyr, skøjtebeskyttere, 2 stave (gerne en stav til brug på cement/asfalt), tape og ekstra snørebånd. Løbesko, indendørssko, idrætstøj, badetøj, håndklæde. Alle deltagere kan medbringe rulleskøjter, men dette indgår ikke nødvendigvis i ugeprogrammet. Desuden kan spillere medbringe egen floorballstav, da dette indgår i undervisningen på alle årgange. Spillere kan låne floorballstave af hockeyskolen. Det kan være en fordel at medbringe lidt ekstra mad eller "efter-trænings-måltider" i form af frugt, kakao, rosiner, grovbolle.

### Skøjteslibning

Der er gratis skøjteslibning i de dage skolen varer. Det vil være muligt at få slebet skøjter fra lørdag den 29.07. og søndag den 30.07 mod betaling. I løbet af ugen vil vores "slibe-team" være i aktion og servicere alle hold. Omfanget af skøjteslibning kendes først tæt på hockeyskolen. I løbet af uge vil det være gratis

### Aktiviteter

Mange af aktiviteterne på *Odense Sommerhockeyskole '17* hænger sammen med ishockey eller sigter på at supplere ishockeyspillet. I centrum er selvsagt de 11-12 istræninger, som deltagerne har i løbet af ishockeyskolen.

Udover istræninger vil der være fysisk træning udendørs og indendørs. Odense Isstadion råder over Danmarks bedste styrketræningsrum til ishockeyspillere, hvilket benyttes af de ældste hold. Desuden vil der være aktiviteter på atletikstadion og i idrætshallen lige ved isstadion. Der vil være skudramper i hal 2. Der kan være løb i skoven som del af programmet.

Udover fysisk træning, forskellige boldspil og tekniktræning udenfor isen vil der være tid og plads til at bade i nærliggende friluftsbad eller svømmehal, spille minigolf og/eller bowling som del af holdaktiviteter. Vi har haft banecykling på programmet de sidste år.

Der vil være teori for alle grupper – med alderstilpassede temaer. Dette foregår i PUCKEN eller i teorilokaler i idrætshallen. Temaerne på teorien er sikkerhed og udstyr, ernæring, ishockeytaktik og -teknik, regel gennemgang samt evt. mentaltræning.

### Omklædningsrum

Alle grupper har eget omklædningsrum hvor ishockeyudstyr og andet idrætstøj kan være hele ugen. Der klædes om i både hal 1 og hal 2. Desuden vil pigerne have eget omklædningsrum. Omklædningsrummet vil ikke være aflåst hele tiden og værdier bør derfor ikke efterlades.

### Bespisning

For dagslever m/bespisning indbefatter dagen 2 måltider samt frugt. En stor frokost som tilberedes og serveres i PUCKEN og i løbet af dagen juice, bolle/pastasalat og frugt. Det er ikke muligt at købe ekstra mad/slik i løbet af dagen. Det kan dog være en god idé at medbringe lidt ekstra frugt til midt på dagen. Overnattende deltagere spiser både morgen- og aftensmad i skøjtehallen eller på Cytellet. Dette vil ske på tidspunkter som passes ind efter deltagernes program. Vi er klar over, at det er lange "arbejdsdage", hvilket kræver at spillere møder op om morgenen med et måltid i maven. Vi beder alle forældre om ikke at sende deltagerne af sted uden morgenmad i maven.

### Forsikring

Der er ikke en speciel forsikring som dækker hockeyskolen. Spillere bør være dækket af egen ulykkesforsikring. Hvis spillere under deres ophold uforvarende eller bevidst ødelægger noget, kræves det, at deltageren/dennes forældre dækker dette. Odense Ishockey Klub dækker ikke ved tab af personlige ejendele i løbet af ugen. Der vil være låst til omklædningsrummene det meste af dagen. Kontanter, mobiltelefoner og andre værdisager bør ikke ligge i omklædningen.

### Sygdom/skader

Hvis en deltager er skadet eller syg op til skolen og fremviser lægeerklæring på dette refunderes indbetalte beløb – **dog uden registreringsbeløb på kr. 500**. Ved skader/sygdom som opstår i løbet af ugen tages der stilling til hvert enkelt tilfælde. Grunden til at registreringsbeløb ikke refunderes er, at vi muligvis står med en ledig plads samt at der bruges ressourcer på korrespondance med tilmeldte spillere gennem forår/sommer. Hvis du ombestemmer dig i god tid inden hockeyskolen vil deltagerbeløb minus registreringsbeløb ligeledes kunne refunderes.

### Overnatning for internatelever på hockeyskolen

Overnattende deltagere på Odense Sommerhockeyskole har hidtil boet på Cytellet ved Odense Cykelbane eller i Svømmernes hus. Der vil være ledere fra hockeyskolen som overnatter i samme lokaler. Overnattende elever kan bo sammen med klubkammerater. Der skal medbringes sengelinned, dyne, hovedpude. Overnattende elever har "frihed under ansvar", således at de kan hvile på overnatningsstedet, hvis der er pause. De kan gå sammen efter endt træning tilbage til overnatning samt bevæge sig lidt i lokalområdet. Der er 5 minutters gang til begge overnatningssteder

Danhostel, Odense er også en god mulighed. Det ligger tæt på Odense Isstadion og midt i centrum. Se mere på [www.danhostel.dk](http://www.danhostel.dk). En tredje mulighed er de forskellige Bed & Breakfast-steder i Odense. Gode priser og hyggelige omgivelser. Men her skal I være tidligt ude med booking af plads.

Endelig har vi en god aftale med Scandic Odense, som kan tilbyde 3 og 4 personers rum i de 6 dage skolen varer. Vi vender tilbage med priser og booking på Scandic.

## Pris for Sommerhockeyskole 2017

Dagslever med bespisning (hockeyskole med 2 måltider): kr. 1900,-

Internatelever (hockeyskole med 4 måltider samt overnatning): kr. 2900,-

## Vejret

Kan være vores fjende nummer et. Men det påvirker heldigvis aldrig vores vigtigste timer: istræningerne. Vi håber på at kunne servere sol og varme for vores gæster.

## Hvad får deltagerne?

Deltagere på *Odense Sommerhockeyskole '17* modtager: 6 dage indeholdende en række aktiviteter fra morgen til aften, mindst 2 måltider om dagen, diplom, holdbillede, drikkedunk samt en personlig ting til den enkelte spiller. Kædetrøjer er til låns de 6 dage hockeyskolen varer.

## Betaling og tilmelding

Proceduren for tilmelding og betaling er som sidste år. For at købe en plads på *Odense Sommerhockeyskole 2017* skal du købe en plads via <http://oikshop.dk> hvor der skal betales ved tilmelding, med Dankort, Visadankort eller eDankort. Sørg for at udfylde alle felter.

## Betaling og tilmelding for udenlandske deltagere.

Til vores række af deltagere fra Sverige, Norge og Luxembourg (samt gerne andre lande), som ikke kan betale med Dankort/Visadankort, så er I tvunget til at tilmelde jer på email til [ah@oik.dk](mailto:ah@oik.dk) indeholdende følgende data:

**Indbetaler navn, adresse, postnr, by, telefon, email, tilmeldingstype (dagselev / internatelev), spillernavn, årgang, spillertype (PL / GK)**

Derefter vil du modtage en elektronisk faktura sendt til den opgivne mailadresse.

Online tilmeldingen lukker automatisk når alle pladser er optaget. Vil du på venteliste, skriv en mail til [ah@oik.dk](mailto:ah@oik.dk)

Ved afmelding efter 01.05. opkræver OIK et registreringsbeløb på kr. 500,- af dit indbetalte beløb. Ved afmelding efter 01.07. opkræver OIK hele det indbetalte beløb, med mindre pladsen kan afsættes på venteliste. For begge perioder gælder, at beløbet kan refunderes (uden registreringsbeløb) ved fremvisning af lægeerklæring.

## Ankomstdagen

Når du ankommer søndag, så skal du finde det omklædningsrum, hvor dit hold klæder om. Lederne på dit hold registrerer om alle spillere er mødt frem søndag den 30.07. Spørgsmål om holdets aktiviteter rettes til lederne på holdet. Spillerne tjekker ind på Cytellet sammen med en leder fra OIK i løbet af dagen. Hvis I rejser sammen som større gruppe er der mulighed for at blive hentet på banegården.

## Afrejsedagen

Spillerne deltager i oprydningen i omklædningsrummet. Der vil være fælles afslutning for hvert af skolens hold fredag eftermiddag/aften. ALLE spillere tjekker ud af Cytellet fredag morgen og opbevarer bagage i hallen.

## Vi glæder os!

Ledere og trænere glæder sig til at tage i mod jer denne sommer til 6 dage med masser af ishockey og nye kammerater.

## Vil du have en MEGET aktiv uge i sommerferien??

Vi vil gerne have impulser udefra og fra vores egne ledere og trænere. Du kan tilmelde dig som leder på [ah@oik.dk](mailto:ah@oik.dk). Når vi modtager din henvendelse vil vi kontakte dig og fortælle, hvad arbejdet indebærer. Vi søger holdledere, trænere, nattevagter, materialefolk. Vi har gode erfaringer med trænere og ledere udefra.

Hvad får du? Du får 6 dage fyldt med ishockey-aktiviteter, masser af motiverede børn og unge, vores træner/leder-beklædning 2016 (som har fin standard). Desuden tilbydes forplejning og evt. overnatning samt refundering af rejseudgifter til nogle af trænere udefra.

Der vil være møde for alle ledere omkring ishockeyskolen i løbet af foråret 2017. Desuden vil der være opstartsmøde for alle trænere og ledere lørdag den 29.07. i OIK's klubrum. Mødet er placeret om eftermiddagen.

## Spørgsmål?

Har du spørgsmål/kommentarer, så kan du kontakte:

Anders Holst  
[ah@oik.dk](mailto:ah@oik.dk)  
Kontor: 66171100  
Odense Ishockey Klub  
Møllemarksvej 75 b  
5200 Odense V