

Norsk hockey ønsker mange jenter på isen!

INVITASJON



MED AKTIVITETER SOM SKAPER

Trivsel • Motivasjon • Trygghet

Utfordringer • Læring • Fremgang

- Treningen er lekorientert som gir mestring og fremgang

- Mye aktivitet (øvelse gjør mester)

- Tilpassede utfordringer for alle nivåer etter «trappe-trinns-modellen»



for mer info om «Jentedagen», se

www.jentehockeydagen.no

Lørdag 23. oktober mellom kl.13.00-16.00

JORDAL AMFI

ALLE JENTER

i Oslo mellom 6 og 14 år
er hjertelig velkommen til en «Jentehockeydag»!

Dette er en spesiell invitasjon til alle jenter mellom 6 og 14 år i Oslo-området fra Norges ishockeyforbund og Jordal Ishockeyklubb som ønsker at flest mulig jenter mellom 6 til 14 år (+/- år) skal få lov til å lære seg å skøyte!

- Og hvis du har lyst til å være med oss denne dagen for en UFORPLIKTENDE OG GRATIS JENTEHOCKEY-DAG så er du hjertelig velkommen!

- Hvis du synes dette var gøy, kan du også fortsette i **Jordal Ishockeyklubb sin jentegruppe!**
- Selv om dere aldri før har gått på skøyter, så lærer instruktørene på jentehockeydagen det til deg på 5 til 10 minutter!
- På Jentehockey-dagen deler vi banen inn i 3 nivåer, dvs. ett nivå for nybegynnere, og de neste nivåene for de som har litt mer erfaring.
- Husk at alle jentene blir plassert på det nivået som passer best for dem - i en nivågruppe hvor alle er like gode... etter hvert som jentene blir bedre, så flytter instruktørene jentene opp til et høyere nivå.

Å HA DET GØY er det viktigste av alt!

- derfor har alle nivågruppene leker og forskjellige aktiviteter som er tilpasset nivåene, som vi vet at alle jentene vil mestre, slik at alle blir stolte over det som de klarer, og får bygget opp mye selvtillit.

UTSTYR som trengs denne dagen... har vi **GRATIS** til utlån for de som blir med!

Dvs. vi har noe utstyr til utlån, men det anbefales at man tar med skøyter OG hjelm selv da vi bl.a. ikke har skøyter til utlån under størrelse 33-34

KONTAKT/INFO:

Dine foresatte kan ringe Kari på 938 01 515 hvis de ønsker mer info om dette, eller gå først inn på internett for å lese mer på www.jentehockeydagen.no eller www.hockey.no eller ta kontakt med Jordal Ishockeyklubb v/Jarle Hilton på email: 97744004@online.no eller ringe Jarle på mobil 977 44 004, eller lese mer om jentehockey i Jordal ish. klubb på www.jordalhockey.com

PROGRAM denne lørdagen blir:

Registrering kl. 13.00, med påfølgende program som avsluttes ca. kl. 16.00
VELKOMMEN!

VI GARANTERER mange mestringsopplevelser fra første gang på isen...

Hockey gir mange utfordringer - Jentene opplever mestringsopplevelser fra første gang på is, og mange i løpet av denne jentedag-trening - treningsformene stimulerer fysikk, psyke, mot, og sosiale ferdigheter.

Samarbeids-arrangører:



www.hockey.no



www.jordalhockey.com

- Og en stor takk til vår medspiller som gjør slike arrangementer som dette mulig!
www.cddu.no

cddu

- totalleverandør av grafiske tjenester