



## Velkommen til fotballskolen på Ferd stadion/Ris Skole i uke 25.

Her følger litt praktisk informasjon om arrangementet.

**OBS! – Har ditt barn noen allergier eller noe annet vi trenger å vite – gi beskjed!**

**OBS! – Vi tar bilder i løpet av uken, ønsker du at ditt barn ikke skal tas bilde av – gi beskjed!**

### Tid og sted – uke 25(21.06-25.06)

Ferd stadion - mandag til torsdag kl 09.00-15.00, fredag 09.00-14.30.

Ris Skole – mandag til torsdag kl. 09.00-15.00, fredag 09.00-14.30

De som møter på Ferd, er årgangene 2008 til 2011.

Mens årgangene 2012-2014 møter på Skøyen skole/Ris skole

Vi har bestilt buss for de som ønsker fra parkeringen på Skøyen skole.

Her ønsker vi at 2012 og 2013 møter opp 08.45 på mandag, mens 2014 møter opp kl. 09.00

Bussen vil kjøre 2 turer til Ris Skole på morgenen, og 2 turer tilbake etter at skolen er ferdig.

Vi vil krysse barna på/av på parkeringen på Skøyen skole.

### Registrering - henting

Registrering på Ferd starter mandag kl 0830. Alle deltakerne krysses inn ved ankomst. Det registreres opplysninger om barna skal hentes eller gå hjem selv. Husk å krysse ut når barna hentes/drar hjem.

Grunnet arbeider på hovedbanen vil vi ha vakter ved inngangen til anlegget.

Slik at vi får alle trygt inn og ut.

De som skal være på Ris skole, krysses inn på Skøyen skole, alternativt Ris skole, dersom de møter direkte.

De krysses da ut på Skøyen skole.

Alle vil 1. dagen få kontaktinformasjon direkte til en trener, slik at man kan formidle beskjeder osv.

### Sportslig innhold – hva vi tilbyr

Vi tilbyr 5 dager med fotball aktiviteter med fokus på **glede, samhold og respekt**.

Noen momenter vi dekker:

- Teknikktrening
- Rolletrening (keeper – spiss)
- Smålagsspill
- Formasjonstrening (for de eldste)
- Læring gjennom lek (for de minste)
- Minimerket eller Teknikkmerket NFF
- Cupspill på fredag

Programmet vi følger er laget av sportslig ansvarlig, Thierry Kopp.

### Krav til spillerne – hva vi forventer

For at fotballskolen skal bli en best mulig opplevelse for alle, ber vi barna om å følge disse reglene



- Jeg stiller uthvilt og motivert
- Jeg stiller i treningstøy, fotballsko og leggskinn
- Ta med keeperhansker hvis du ønsker å trene som keeper
- Jeg har med en bag/sekk som jeg legger alle mine ting i
- Jeg har med mat og drikke
- Jeg holder meg i gruppen hele tiden
- Jeg gir ros til mine medspillere
- Jeg respekterer andre og lytter til treneren min
- Jeg har det gøy og bidrar til at andre har det gøy

### Huskeliste

- Mat
- Drikkeflaske
- Fotballsko og leggskinn
- Keeperhansker
- Joggesko til å gå til/fra
- Klær etter vær
- Smør deg med solkrem
- Masse godt humør, spilleglede og treningsiver
- Sekk

Det kan være lurt å ha med ekstra skift hvis det er meldt regn.  
Yr melder foreløpig regn mandag og delvis tirsdag - [værvarsel](#)

### Sponsorer

TINE sponser spillerne med trøye og sekk som utleveres ved registreringen.  
TINE sponser også spillerne med drikke hver dag til lunsj (Litago uten)

[Meny Skøyen](#) sponser oss med frukt hver dag.

Skal du handle denne uken, gå innom dem og takk de for støtten til fotballskolen!

Husk også at en aktiv fotballspiller trives og læres best når han/hun er utvilt og har spist en god frokost.

Smart Idrettsmat® - <https://www.tine.no/smartidrettsmat/nyttige-oppskrifter-for-idrettslag>

[Ferd Eiendom](#) sponser BMIL Fotball

[Solon Eiendom](#) sponser barnefotballen i BMIL

[Handelsbanken](#) sponser ungdomsfotballen i BMIL



### Kontakt

Camilla – [camillagram@hotmail.com](mailto:camillagram@hotmail.com), 98481810

Christopher – [christopher@bmil.no](mailto:christopher@bmil.no), 92413131

Vi gleder oss - og håper alle får en fin uke med oss!