

INBJUDAN

Målvakt 3

Uppsala, 11-14 juni 2025





Målvakt 3 för målvaktstränare (MV3)

Svenska Ishockeyförbundet har glädjen att inbjuda till Målvakt 3 för målvaktstränare. Kursen är en rikskurs och arrangeras en gång under säsongen och är den högsta kursen i Sverige på målvaktstränarstegen.

Kursen ska ge deltagarna fördjupade kunskaper i målvaktsträning, samt få deltagarna att reflektera över sin roll som ledare och utbildare.

Plats:	Uppsal, Teori / boende: Arenahotellet	Ispraktik: Gränby Ishall
Tid:	Onsdag 11 juni kl.11.30 till lördag 14 juni kl.13.00	
Program:	Se vidstående sida för preliminärt program	
Kursavgift:	8000 kr för hela kursen. Kost, logi i dubbelrum och kursmaterial ingår i kursavgiften. SIF gör rumsindelningen.	
Ingår ej:	Resa till och från kursorten. Övrig mat och logi i samband med resa till och från kursen.	
Ansökan:	Ansökan görs på https://utbildning.swehockey.se och ska vara Svenska Ishockeyförbundet tillhanda senast 5 maj 2025.	
Behörighet:	För att vara behörig till MV 3 kursen ska du ha genomgått följande kurser: <ul style="list-style-type: none">• Grundkurs• Målvakt 1• Träninglära 1+Träninglära 2 alternativt ny Tjäningslära genomförd 2021/22 eller senare• Målvakt 2	
Antagning:	Svenska Ishockeyförbundet gör den slutgiltiga uttagningen. Besked om antagning skickas ut efter sista ansökningsdatum.	
Återbud:	Vid återbud p.g.a. sjukdom återbetalas 90% av kursavgiften mot uppvisande av läkarintyg. Vid återbud av annan orsak återbetalas ej kursavgiften.	
Legitimation:	För att bli godkänd på kursen krävs 100% närvaro och övernattnig på kursplatsen samt en skriftlig sammanfattning och en kort muntlig presentation av ett eget arbete. Efter att samtliga steg är genomförda erhålls legitimation för målvaktsinstruktör Nivå 3.	
Vid frågor:	Kontakta Thomas Magnusson thomas.magnusson@swehockey.se 070-419 19 81	

Välkommen med din ansökan!



Program

Med reservation för eventuella ändringar

Onsdag 11 juni

11.30 - 12.00	Drop in Lunch
12.00 - 13.00	Kursstart och inledning
13.15 - 14.45	Räddande / Spelande målvakt
14.45	Fika
15.15 - 16.30	Målvaktens träning
16.45 - 18.00	Målvaktstränarrollen / Case
18.00	Middag
19.00 - 21.00	Målvaktstränarrollen / Case

Torsdag 12 juni

09.00 - 10.30	Ispraktik 1 Fika
11.15 - 12.15	Målvaktens spel och träning
12.15	Lunch
13.00 - 14.30	Ledarskap Fika
15.00 - 16.00	Ledarskap
16.30 - 18.00	Ledarskap
18.00	Middag
19.00 - 20.00	Förberedelser för Ispraktik 2

Fredag 13 juni

08.30 - 10.30	Ispraktik 2
09.30	Fika (Ishall)
10.45 - 12.30	Fyspraktik
13.00	Lunch
13.45 - 14.45	Målvaktsatletism
15.00 - 16.00	Fysioaspekter på Målvaktsspel Fika
16.30 - 18.00	Redovisningar
18.00	Middag
18.45 - 20.30	Redovisningar

Lördag 14 juni

08.15 - 09.15	Analys och Feedback (Teknik)
09.30 - 10.30	Tänkande målvakt
10.30	Fika och macka
10.45 - 12.15	Målvaktstränarrollen
12.15 - 12.45	Avslutning / Feed forward Hemresor

