

INBJUDAN

Målvakt 3

Uppsala, 3-6 juni 2026





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:	Uppsala, Teori / boende: Arenahotellet Ispraktik: Gränby Ishall
Tid:	Onsdag den 3 juni till lördag 6 juni, 2026
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 4 maj 2026.
Behörighet:	För att vara behörig till MV 3 kursen ska du ha genomgått följande kurser: • Grundkurs • Målvakt 1 • Träningslära 1+Träningslära 2 alternativt ny Träningslära 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 övernattning på kursplatsen samt en skriftlig sammanfattning och en kort muntlig presentation av ett eget arbete (mer info kommer då du blivit antagen). Efter att <u>samtliga</u> steg är genomförda erhålls legitimation för målvaktsinstruktör Nivå 3.
Vid frågor:	Kontakta Stefan Ladhe stefan.ladhe@swehockey.se 070-419 19 83

Välkommen med din ansökan!



Program

Med reservation för eventuella ändringar

Onsdag 3 juni

11.30 - 12.00	Drop in Lunch
12.00 - 13.00	Kursstart och inledning
13.15 - 14.45	Målvaktens träning och spel
14.45	Fika
15.15 - 16.30	Målvaktens träning och spel
16.45 - 18.00	Caseuppgifter
18.00	Middag
19.00 - 21.00	Caseuppgifter

Torsdag 4 juni

09.00 - 10.30	Ispraktik 1
	Fika
11.15 - 12.15	Målvaktens träning och spel
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 5 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
16.30 - 18.00	Fika
	Redovisningar
18.00	Middag
18.45 - 20.30	Redovisningar

Lördag 6 juni

08.15 - 09.15	Målvaktens träning och spel
09.30 - 10.30	Målvaktens träning och spel
10.30 - 10.45	Fika och macka
12.15 - 12.45	Målvaktstränarrollen Avslutning /
	Feed forward Hemresor

