

Utbildningsplan Kungälv's HK

Åldersgrupper	Spelare			Ledare	Föräldrar
Seniorer	Leda Laget				
Juniorer 2	Leda Laget	Träningsplanering			
Juniorer 1	Leda Laget	Träningsplanering	Plattformen	TS 3	
A-ungdom 2	Leda Laget	Kost/egentränig	Domarutbildning		
A-ungdom 1	Leda Laget	Kost/egentränig	Framtidens handbollspelare		
B-ungdom 2	Föreningsträdet 4	Kost/egentränig		TS 2	
B-ungdom 1	Föreningsträdet 3	Ind teknik		idrottspsykologi	
C-ungdom 2	Föreningsträdet 2	Ind teknik	Kostföreläsning	idrottspsykologi	Kostföreläsning
C-ungdom 1	Föreningsträdet 1	Knä/axel kontroll		TS 1	
D-ungdom 2	Nya sisu/busvågen	Knä/axel kontroll	Handbollskortet		
D-ungdom 1	Nya sisu/busvågen	Knä/axel kontroll		MAQ	
E-ungdom	Nya sisu/busvågen				
HSK 2	Busvågen "grupp"			Plattformen	Värdegrund/klubb
HSK 1	Busvågen "grupp"			Framtidens H	

Månader	årscirkel
Jan	Kost
Feb	
Mar	Skador/ HRL
April	
maj	
juni	
juli	
agu	
sep	Framtidens H
okt	Plattform
nov	Knä/axel kontroll
dec	