

# HANDBOLL CONVENTION Borås 21 – 23 maj 2010



SVENSKA SPEL



# “SVENSK HANDBOLL ALLTID I VÄRLDSKLASS”

Svenska Handbollförbundet arrangerar härmed sitt artonde Handboll Convention, denna gång förlagt till Borås. Vi vill som tidigare år skapa en mötesplats, där du har möjlighet att få impulser och stimuleras till att utveckla ditt tränarskap. Du kommer på så sätt även vara delaktig i att forma svensk handbolls framtida utveckling enligt SHF:s handlingsprogram gällande 2007-2012.

Handlingsprogrammet som antogs vid årsmötet 2007 har visionen för det framtida arbetet ”Svensk Handboll Alltid i Världsklass”.

Innehållet i årets Handboll Convention vänder sig främst till tränare av seniorer och juniorer med inriktning på att vara i världsklass både fysiskt, mentalt och tekniskt/taktiskt. Föreläsarna är kända namn inom såväl handbollsporten som idrottsvärlden i övrigt

Du som ledare i föreningen har en mycket viktig roll för

utvecklingen av dina spelare och vår handboll. För att Svensk Handboll skall nå den framgång som vi önskar måste föreningar och förbund, tillsammans arbeta mot visionen Svensk Handboll Alltid i Världsklass.

Låt årets Handboll Convention bli nästa steg på framgångsstegen mot världstoppen.

Lars Edwinson  
Ordf. Utbildningskommittén

Lennart Söderström  
Utbildningsansvarig

## Ledarfilosofi

Ulrik Wilbek, förbundskapten för Danmarks herrlandslag och tidigare förbundskapten för Danmarks damlandslag. Ulrik är den framgångsrikaste handbollstränaren i Danmark genom tiderna, med medalj i alla mästerskap före 2010.

## Målvaktsträning

Claes Hellgren, presenterar sin syn på målvaktsträning. Claes gjorde succé med denna på topphandbollsymposiet 2009 i Danmark.

## Träningsplanering

Richard Nilsson, träningsrådgivare på Sveriges Olympiska Kommitté för bland annat handbollen. Richard är specialist på styrketräning och är skapare av SOK:s fysprofil-program.

## Kost för en elithandbollspelare

Anki Sundin, författare till ”Idrottarnas kostbok”. Anki är näringsfysiolog som inriktat sig på kost och näringslära för idrottare och är en mycket uppskattad föreläsare och författare.

## Ett modernt 6-0 försvar med offensivt tänk, teori och praktik

Per Johansson, damlandslagets förbundskapten, föreläser och visar Damlandslagets Offensiva 6-0 försvar och hur det metodiskt byggs upp.

## Special styrketräning för handboll

Nils Holmdahl, elitinstruktör och träningsrådgivare sedan många år. Nils har haft ansvaret för flera landslag och varit simhopperskan Anna Lindbergs personliga tränare i sex år.

## Ledarskap

Tomas Ryde, VD för Serica Consulting. Tomas har 25 års erfarenhet av att coacha arbetsgrupper och individer och har varit förbundskapten för damlandslaget, 90-94 och 99-02, samt mental rådgivare för Sveriges Olympiska Kommitté. Tomas har även varit tränare för ett antal elitlag i Sverige och Danmark.

## Beslutsfattande – en basfärdighet för handbollsspelare. Teori och praktik om Spelförståelse i anfallsspelet

Mats Olsson, före detta landslagsmålvakt för Sverige med 294 landskamper. Mats är förbundskapten för Portugals herrlandslag sedan 2005. Mats var en mycket uppskattad huvudföreläsare på EHF:s Top Coaches seminarie 2010.

## Paneldebatt med Sveriges förbundskaptener

Huvudfrågeställningen är ”Hur ska vi jobba i klubbar och landslag för att Sverige ska nå visionen ”Svensk Handboll alltid i världsklass”.

## Fakta

Plats: Borås  
Tid: 21- 23 maj 2010  
Pris: Alt 1: 4.000:-  
Alt 2: 3.000:-

## I priset ingår

ALT 1: Conventdeltagande, logi i dubbelrum/frukost, samtliga måltider/kaffe och en T-shirt.

ALT 2: Conventdeltagande, samtliga måltider/kaffe och en T-shirt.

## Sista anmälningdag

Fredag den 19 mars 2010. Efteranmälan godtages i mån av plats.

## Anmälan och betalning

Anmälan görs på bifogad talong till Iréne Ek.  
Fax: 08-93 85 74. Mail: irene.ek@handboll.rf.se

Eller skickas till:

Svenska Handbollförbundet, Idrottens Hus,  
114 73 Stockholm.

Din anmälan är bindande. När vi erhållit din anmälan sänder vi en bekräftelse via mail. Betalning sker mot faktura med 20 dagars betalningsvillkor.

## Boende

Du som har anmält Alt 1 bor på Grand Hotell, Hallbergsplatsen, Borås. Enkelrumstillägg 550:-

## Inregistrering och incheckning

Grand Hotell, Hallbergsplatsen, Borås

## Lunch/Middag

Vegetariskt alternativ finns. Om du har någon form av allergi eller behöver specialkost meddela detta i samband med anmälan.

## Kommunikation

Bästa sättet att ta sig till Borås är med tåg, c:a 5 min promenadväg. Flygbussen till och från Landvetters internationella flygplats stannar vid Borås Resecentrum/ Järnvägsstation, 3 minuters promenadvstånd från hotellet. För den bilburne finns ett parkeringshus i Q-parks regi mitt emot hotellet. Även ett flertal större kommunala parkeringsplatser finns i närheten av hotellet.

Program &  
anmälan



# PROGRAM

**HANDBOLL  
CONVENTION**  
Borås 21 – 23 maj 2010

## Fredag 21 maj 2010

11.30	Inregistrering
12.00	Lunch
13.00	Konferensstart
13.15	Ledarfilosofi <i>Ulrik Wilbek</i>
15.30	Målvaktsträning teori <i>Claes Hellgren</i>
16.45	Kaffe och smörgås (hotellet 16.00)
17.30	Målvaktsträning praktik <i>Claes Hellgren</i>
20.00	Middag (hotellet 20.30)

## Lördag 22 maj 2010

	Frukost
9.00	Ledarskap <i>Tomas Ryde</i>
10.30	SISU Idrottsböcker <i>Thore Carlsson</i>
10.40	Kaffepaus
11.15	Kost för en elithandbollspelare <i>Anki Sundin</i>
12.45	Lunch
13.45	Beslutsfattande – en basfärdighet för handbollspelare - Teori <i>Mats Olsson</i>

15.00	Beslutsfattande – en basfärdighet för handbollspelare - praktikpass <i>Mats Olsson</i>
16.30	Kaffepaus – i idrottshallen
17.00-19.00	Special styrketräning – Framgångsrik träningsmetod utan skador <i>Nils Holmdahl</i>
20.30	Middag

## Söndag 23 maj 2010

	Frukost
09.00-10.30	Träningsplanering <i>Richard Nilsson</i>
10.30	Kaffe – hotellet (hotellet 10.30)
11.15-13.15	Teori och demopass 6-0 försvar
13.00	Lunch (hotellet 12.30)
14.30-15.30	Paneldebatt med de Svenska Förbundskaptenerna.

### För mer info. Kontaktpersoner SHF:

**Iréne Ek, 08-699 65 57**  
irene.ek@handboll.rf.se

**Lennart Söderström, 08-699 65 59**  
lennart.soderstrom@handboll.rf.se

## ANMÄLAN HANDBOLL CONVENTION

Namn: \_\_\_\_\_

Adress: \_\_\_\_\_

Postnr: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_

Mobil: \_\_\_\_\_ Förening: \_\_\_\_\_

Faktureringsadress: \_\_\_\_\_

Dubbelrum \_\_\_\_\_ Vill bo med: \_\_\_\_\_

Enkelrum med tillägg 550:-

Eventuell matallergi:  \_\_\_\_\_

T-shirt:  S  M  L  XL  XXL  XXXL



SVENSKA HANDBOLLFÖRBUNDET  
Idrottens Hus, SE-114 73 Stockholm  
Tel 08-699 60 00  
Fax 08-93 85 74  
www.handboll.info