



Upstart

De start van het seizoen bij Upward



Van maandag 30 augustus tot en met vrijdag 3 september



Upstart

Van 30 augustus tot en met 3 september

Tijdens Upstart bereiden we ons allemaal voor op het nieuwe seizoen. Een seizoen vol plezier, ontwikkeling, winst & verlies.

We hebben een programma voor keepers, spelers, trainers, scheidsrechters, coaches samengesteld. Een programma met uitdaging, scholing, onze afspraken en natuurlijk fun!

Samen zijn wij Upward

En daar maken we samen afspraken over

- Iedereen is belangrijk
- Fanatiek natuurlijk, maar we blijven altijd sportief en respectvol
- Wij zorgen goed voor elkaar, ons terrein én onze spullen
- We dragen allemaal ons steentje bij





Het programma

Van 29 augustus tot en met 3 september

Zondag 29 augustus

Voor de trainers en trainer/coaches topteams



Niet alleen voor de spelers en de teams is Upstart de voorbereidingsweek. Dit geldt natuurlijk ook voor onze trainers en trainer/coaches.

Programma:

- 9.15 inloop clubhuis
- 9.30 aftrap en focus seizoen 21/22
- 10.00 pedagogisch sportklimaat
- 10.30 EHBO cursus
- 11.00 speler ontwikkelplan + teamplannen doornemen
- 12.00 motorische ontwikkeling/loopscholing
- 12.15 afronding

Maandag 30 augustus



Van 9.00-13.00:

- MD1, MD2
- MC1, MC2
- JD1
- JC1

Van 13.00-17.00:

- MA1
- MB1, MB2
- JA1
- JB1

Wat ga je doen?

- Teamafspraken maken
- Trainen
- Loopscholing
- Fun
- Bewegen & meer

Maandag				
	Veld 1	Veld 2	Veld 3	Veld 4
Ochtend 9 tot 13	MC1	JC1	MD1	Fun (teambuilding)
	MC2	JD1	MD2	Bewegen
Middag 13 tot 17	MB1	MA1	JB1	Fun (teambuilding)
	MB2		JA1	Bewegen

Dinsdag 31 augustus



Van 9.00-13.00:

- MD1, MD2
- MC1, MC2
- JD1
- JC1

Van 13.00-17.00:

- MA1
- MB1, MB2
- JA1
- JB1

Wat ga je doen?

- Teamafspraken maken
- Trainen
- Loopscholing
- Fun
- Bewegen & meer

	Dinsdag Veld 1	Veld 2	Veld 3	Veld 4
Dochtend 9 tot 13	MC1 MC2	JC1 JD1	MD1 MD2	Fun (teambuilding) Bewegen
Middag 13 tot 17	MB1 MB2	MA1	JB1 JA1	Fun (teambuilding) Bewegen

Matchday: Woensdag 1 september

Oefenwedstrijden georganiseerd door de teams zelf



	woensdag Veld 1	Veld 2	Veld 3	Veld 4
Ochtend 9 tot 13	Wedstrijden D/C/B/A TOP	Wedstrijden D/C/B/A TOP	Wedstrijden D/C/B/A TOP	
Middag 13 tot 17	Wedstrijden D/C/B/A TOP	Wedstrijden D/C/B/A TOP	Wedstrijden D/C/B/A TOP	

Donderdag 1 september



Van 9.00-13.00:

- MB1, MB2
- MC1, MC2
- Jongste Jeugd

Van 13.00-17.00:

- JC1
- JA1, MA1
- JB1

Van 18.00-19.30:

Inlooptraining A teams door Heren en Dames 1

Wat ga je doen?

- Teamafspraken maken
- Trainen
- Loopscholing
- Fun
- Bewegen & meer

	Donderdag Veld 1	Veld 2	Veld 3	Veld 4
Ochtend	MB1	MC1	Jongste Jeugd	Fun (stormbaan)
	MB2	MC2	Jongste Jeugd	Bewegen
Middag 13 tot 17	JC1	MA1	JB1	Fun (stormbaan)
	JD1		JA1	Bewegen



18.30-20.00: Inlooptraining A door H1 en D1
Aansluitend een Vette Nix Party voor alle A-teams

Vrijdag 3 september



Van 9.00-13.00:
• D-day!
door JA1 & MA1

Van 13.00-17.00:
• C & B time
door Heren 1 & Dames 1

Wat ga je doen?

- Teamafspraken maken
- Scheidsrechters(cursus)
- Hockey & Keepers
- Fun
- Friet & IJs



	Vrijdag Veld 1	Veld 2	Veld 3	Veld 4
Ochtend 9 tot 13	D-Day	D-day	D-day	Fun (stormbaan)
	D-Day	D-day	D-day	Fun (stormbaan)
Middag 13 tot 17	C/B	C/B	C/B	C/B
	C/B	C/B	C/B	C/B

Feestelijke afsluiting voor de C&B jeugd incl. managers en coaches met een heuse friet en ijskar!

Ben jij er ook weer bij?

- Upstart is voor spelers van selectieteams verplicht
- Voor alle andere teams geldt dat we je eigenlijk niet kunnen en willen missen!

Van jullie bijdrage betalen we alle extra's, eten & drinken, etc. En je krijgt natuurlijk weer een gaaf nieuw **rood** Upstart shirt voor je collectie!

Kosten:

- selectieteam: 35,- per persoon
- Breedteteam: 15,- per persoon

Betaling:

- Je ontvangt een mail met een betaallinkje

