



FREDAG			
15.00-16.00	Registrering		Hotellet
16.00	Åpning	Mats Olsson Jan-Ivar Lorentzen	Hotellet
16.15-17.30	«Overtråkk» Hva gjør du, og kan det unngås?  Sykdom! Når kan utøveren trene / konkurrere? Når er det treningsforbud?  Retur til trening / konkurranse etter korsbåndskade?  Vondt i skuddarmen! Hva kan du som trener gjøre?	Grethe Myklebust  Anne Froholdt  Janne Oppheim  Hilde Fredriksen	Hotellet
17.45-19.00	Hopp, kraftoverføring og skudd/smash/blokk på toppen	Martin Engvik Landslagstrener volleyball kvinner	Hotellet
19.15-20.00	Trening av pasningsteknikker	Valery Putans	Hotellet
21.00	Middag	Buffet	Hotellet

LØRDAG			
09.00-10.15	Tempoveksling i angrepsspillet	Ljubomir Vranjes	Hotellet
10.30	Transport til hallen		Buss
10.45-12.00	Tempoveksling i angrepsspillet med LM98	Ljubomir Vranjes	Runarhallen
12.15-13.30	Pasningsteknikk i spillsituasjoner med LKR	Valery Putans	Runarhallen
13.30	Transport til hotellet		Buss
13.45-14.45	Lunsj	Buffet	Hotellet
14.45-16.00	«Den flyvende hollender»	Henk Groener	Hotellet
16.00	Transport til hallen		Buss
16.15-17.30	Variasjon i treningsmetodikk med målvakter – LM98	Mats Olsson	Runarhallen
17.45-19.00	«Den flyvende hollender» Fremoverspill med LKR	Henk Groener	Runarhallen
19.00	Transport til hotellet		Buss
20.30	Middag	Bankett	Hotellet



SØNDAG			
<b>09.00-10.15</b>	Fremtidens håndballspiller	Christian Berge	Hotell
<b>10.30-11.30</b>	Spillrelatert utholdenhetstrening	Tom Morten Svendsen	
<b>11.30-12.45</b>	Inn i fremtiden	Thorir Hergeirsson	Hotell
<b>12.45-13.15</b>	Avslutning	Mats Olsson – Jan-Ivar Lorentzen	Hotellet
<b>13.15</b>	Lunsj	Buffet	Hotellet
<b>14.00</b>	Sluttspill Beach-NM		Ute

Utøverapparat for seminaret er LKR, landslag kvinner rekrutt, og LM98 – juniorlandslag menn