



Til félaga leikmanna U15 stúlkna - Leikmenn fæddir 2004

Úrtaksæfingar fyrir U15 kvenna verða á Akranesi 11. – 15.júní 2019

Umsjón með æfingunum hefur Lúðvík Gunnarsson, yfirmaður í hæfileikamótun og þálfari U15 ára landsliða karla og kvenna.

Félög leikmanna og leikmenn eru beðin um að kynna sér eftirfarandi upplýsingar:

Ferðakostnaður

KSÍ greiðir ferðakostnað á Akranes. Mæting er á skrifstofu KSÍ þriðjudaginn 11.júní kl. 14.15.

KSÍ greiðir kostnað við flug leikmanna sem fljúga í landsliðverkefni með Air Iceland Connect. Félag leikmanns eða forráðamenn leikmanns eða leikmenn sjálfir skulu senda tölvupóst á Margréti Elíasdóttur, margret@ksi.is, sem bókar flugið.

Í tölvupóstinum þarf að koma fram: fullt nafn, kennitala, símanúmer og tölvupóstfang viðkomandi. Einnig þarf að koma fram hvaða flug skal bóka, bæði dagsetning og tími (dæmi: 14. mars RKV-EGS 14:40 og heim aftur 15. mars EGS-RKV 9:00). **Vinsamlegast sendið inn bókun sem allra fyrst.**

Kostnaður við gistingu og fæði

Félög leikmanna greiða kostnað við gistingu og fæði og skal hvert félag greiða kr. 22.000 fyrir hvern þátttakanda. **Framkvæmdarstjórar félaganna eru vinsamlegast beðin um að staðfesta þátttöku leikmanna sinna eigi síðar en 3.júní. Það gera þeir með því að senda tölvupóst á ludvik@ksi.is.** Eftir það mun starfsmaður í bókhaldsdeild KSÍ viðskiptafæra kostnaðinn fyrir hvern þátttakanda.

Gist er á Akranes Guesthouse, Vogabraut 5 Akranesi. Leikmenn fá morgunmat og kvöldhressingu á gistiheimilinu en borðar hádegis- og kvöldmat í íþróttamiðstöðinni að Jaðarsbökkum.

Lokaðar æfingar

Æfingar eru lokaðar utanaðkomandi aðilum utan þess að þjálfurum og aðstandendum viðkomandi leikmanna er heimilt að vera viðstaddir æfingarnar. Þeir þjálfarar sem óska eftir því að vera viðstaddir æfingar og leiki er bent á að hafa samband við þjálfara í tíma.

Þátttakendur þurfa að hafa með sér

Keppnisútbúnað(takkaskó, legghlífar, innanundirfantað o.þ.h), sundföt, handklæði og snyrtidót.

KSÍ sér um að útvega stuttbuxur, sokka, boli og treyju auk keppnisbúninga.



Hópurinn

1. Sara Dögg Áspórsdóttir	Afturelding
2. Birna Kristín Björnsdóttir	Breiðablik
3. Eyrún Vala Harðardóttir	Breiðablik
4. Írena Héðinsdóttir Gonzalez	Breiðablik
5. Þórdís Katla Sigurðardóttir	Breiðablik
6. Kamilla Huld Jónsdóttir	Einherji
7. Þórdís Ösp Melsted	FH
8. Harpa Sól Sigurðardóttir	Fjölnir
9. Agnes Birta Eiðsdóttir	Fylkir
10. Erna Sólveig Sverrisdóttir	Fylkir
11. Unnur Stefánsdóttir	Grindavík
12. Rakel Lóa Brynjarsdóttir	Grótta
13. Tinna Brá Magnúsdóttir	Grótta
14. Berglind Þrastardóttir	Haukar
15. Elín Klara Þorkelsdóttir	Haukar
16. Mikaela Nótt Pétursdóttir	Haukar
17. Viktoría Líf Halldórsdóttir	Haukar
18. Dagbjört Líf Guðmundsdóttir	ÍA
19. Helena Jónsdóttir	ÍBV
20. Rakel Oddný Guðmundsdóttir	ÍBV
21. Þóra Björg Stefánsdóttir	ÍBV
22. Ísfold Marý Sigtryggsdóttir	KA
23. Kara Petra Aradóttir	Keflavík
24. Ólöf Sara Sigurðardóttir	Stjarnan
25. Snædís María Jörundsdóttir	Stjarnan
26. Hildur Björk Búadóttir	Valur
27. Aldís Guðlaugsdóttir	Víkingur Ó.
28. Sædís Rún Heiðarsdóttir	Víkingur Ó.
29. Guðrún Þór Geirsdóttir	Völsungur
30. Anna Brynja Agnarsdóttir	Þór Ak.
31. Jakobína Hjörvarsdóttir	Þór Ak.

Þjálfari leggur mikla áherslu á að leikmenn mæti ekki meiddir á æfingarnar. Eins og sjá má á dagskránni þá verður nokkuð álag þessa 5 daga, 5 æfingar og 2 leikir. Það er því mikilvægt að leikmenn séu frískir og ómeiddir. Rétt er þó að taka fram að þótt æfingamagnið sé mikið þá verður álagi stýrt af skynsemi.

Öll forföll skal tilkynna með því að senda tölvupóst á ludvik@ksi.is.

Dagskrá

Priðjudagur 11.júní

- 14.15 Mæting á skrifstofu KSÍ/Laugardagsvöll.
- 14:30 Brottför frá KSÍ.
- 15:30 Komið á Akranes.
- 16:30 Æfing.
- 18:15 Kvöldverður.
- 18.45 Ísland-Tyrkland undankeppni EM – Bein útsending.
- 22.00 Kvöldhressing og ró.

Miðvikudagur 12.júní

- 08.30 Morgunverður.
- 10.00 Æfing.
- 12.00 Hádegisverður
- 15.00 Leikur.
- 16.30 Miðdegishressing.
- 19.00 Kvöldverður.
- 22.00 Kvöldhressing og ró.

Fimmtudagur 13.júní

- 08:30 Morgunverður.
- 10.00 Æfing.
- 12.00 Hádegisverður.
- 15.00 Miðdegishressing.
- 19.00 Kvöldverður.
- 22.00 Kvöldhressing og ró.

Föstudagur 14.júní

- 08.30 Morgunverður.
- 10.00 Æfing.
- 12.00 Hádegisverður.
- 15.00 Leikur.
- 16:30 Miðdegishressing.
- 19.00 Kvöldverður.
- 22.30 Kvöldhressing og ró.

Laugardagur 15.júní

- 08.30 Morgunverður og frágangur.
- 10.00 Æfing.
- 11.15 Hádegisverður.
- 11:45 Brottför frá Akranesi.
- 12.30 Áætluð koma á skrifstofu KSÍ.