



10-11 maj 2025

VÄLKOMMEN TILL POJKSAMMANDRAG I UPPSALA

Pojksammandraget i Uppsala närmar sig och vi hoppas att alla känner sig taggade inför en utvecklande och motiverande helg.

Totalt är 23 åkare anmälda till sammandraget, med deltagare från olika nivåer – vi är väldigt glada över att tre landslagsåkare kommer att vara med oss under helgen. Under samlingen kommer ni att få träna under ledning av tre mycket erfarna tränare: Ruslan Novoseltsev, Evgueni Loutkov och Mosa Sayed.

Praktiskt information

- Incheckning och samling sker i A-hallen. Där serveras också alla måltider.
- All is, off-ice och föreläsningar äger rum Gränby ishall.
- Boxningen sker i UIF-boxningslokaler på Heidenstamskatan 67 (några minuters promenad från ishallarna).
- Ta med träningskläder och inneskor

På lördagen finns det möjlighet att delta på en föreläsning om beroenden och antidoping som riktar sig till äldre åkare och föräldrar.



Idrottsutbildarna



styrelsen@uppsalask.se

Gruppindelning

Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3
Axel Geffen	Edwin Isaksson	Albin Samuelsson
Tore Wahlén	Fredrik Pears	Hugo Bostedt
Joel Kerttu	Edmond Kelemen-Virag	Elias Sayed
Nils Lorentzon	Viktor Einarsson	Tim Nordin
David Braun	Kevin Folkegård	
Alexander Tékaty	Alexander Sundin	
Algot Einarsson	Noah Nordin	
Martin Carlsson	Kaspian Knifh	
Brynn Jonsson	Beau Coppens	
Henrik Rosales-Labajova		
Karlis Dzelzkalejs		

Schema lördag 10 maj

Tid	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3
	7.00 - 9.00 INCHECKNING OCH FIKA		
7.30-7.45		Grupp 2 Uppvärmning i C-hallen Mos	
8.00-8.45		Grupp 2 D-hallen Ruslan	Grupp 3 Uppvärmning i C-hallen Mosa
9.00-9.45	Grupp 1 Uppvärmning i C-hallen Mosa	Grupp 2 Mark-C-hallen Evgueni	Grupp 3 D-hallen Ruslan
10.00-10.45	Grupp 1 D-hallen Ruslan	Grupp 2+ 3 samt intresserade föräldrar: Föreläsning om beroenden, anti-doping (plats meddelas)	
11.00-13.00	LUNCH		
13.15-14.00	Grupp 1 C-hallen Ruslan		Grupp 3 Mark-C-hallen Evgueni
14.00-14.45			Grupp 3 C-hallen Ruslan
15.00-16.00		Grupp 2+3 Boxning (UIF Boxning - Heidenstamsgatan 67) Mosa	
16.45-17.30	Grupp 1 Boxning (UIF Boxning Heidenstamsgatan 67) Mosa	Grupp 2 D-hallen Ruslan	
17.30-18.15			Grupp 3 + Beau D-hallen Ruslan
18.00-19.00	MIDDAG		

Schema söndag 11 maj

Tid	Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3
8.00-8.45	Grupp 1 D-hallen Ruslan 8.00- 8.45 		
9.00-9.45		Grupp 2 D-hallen Ruslan 9.00-9.45 	Grupp 3 Mark-C-hallen Evgueni 9.00-9.45
10.00-10.45	Grupp 1 Mark-C-hallen Evgueni 10.00-10.45		Grupp 3 C-hallen Ruslan 10.00-10.45 
11.00-13.00	LUNCH 		
13.00-13.45	Grupp 1 C-hallen Ruslan 13.00- 13.45 	Grupp 2 Mark-C-hallen Evgueni 13.00- 13.45	
13.45-14.30			Grupp 3 C-hallen Ruslan 13.45- 14.30 
14.30-16.00	MIDDAG 		
16.00-16.45		Grupp 2 D-hallen Ruslan 16.15-17.00 	
17.30-18.15			Grupp 3 + Beau D-hallen Ruslan 17.00-17.45 