

Tiedote fysiikkatesteistä 2016

Ennen varsinaisen kesäharjoittelun aloittamista PK 83 järjestää E1 ja sitä vanhemmille junioreille jo perinteiset fysiikkatestit. Testien tarkoituksena on kartoittaa pelaajien kuntotilaa sekä kesäajan harjoittelun vaikutuksia suorituskyykyyn.

Edellytämme kaikkien näiden ikäluokkien pelaajiemme osallistumista testeihin, vaikka pelaaja ei seuramme kesäharjoituksissa aktiivisesti kävisikään. Näin voimme todentaa myös heidän kehittymistään kesän aikana.

Testit koostuvat seitsemästä erillisestä testistä, jotka suoritetaan kahdessa eri osassa erillisinä testipäivinä. Testit tehdään myös kesäharjoittelukauden loputtua ennen jääharjoittelun aloittamista.

Testitilaisuudet koskevat pääasiassa seuramme D04- ja C02-joukkueessa pelaavia pelaajiamme. Testien sujuvuuden takaamiseksi molemmista joukkueista tulee olla vähintään kaksi toimihenkilöä testitapahtumassa toimitsijatehtävissä.

Testipäivät ja paikat ovat toukokuussa seuraavanlaisesti:

D04 → Jäähalli maanantai 23.5 klo 17.00 ja **Pahkalanniemen urheilukenttä** keskiviikko 25.5 klo 17.00.

C02 → Jäähalli maanantai 23.5 klo 18.30 ja **Pahkalanniemen urheilukenttä** keskiviikko 25.5 klo 18.00.

Rästitestit → Jos on tarvetta järjestää, infotaan niistä myöhemmin.

2000 ja myöhemmin syntyneet juniorit suorittavat testit Edustusjoukkueen mukana.