

Volleyboll

Tränarbakgrund

Jag heter Johan Stensmar och började min volley karriär i Nyköping när jag gick i åk 9. Under gymnasiet tränade jag tillsammans med volleybollsgymnasiets tränare i Katrineholm. Har spelat i allt från korp serie till div 1. Kom till Hässleholm 1990 och har varit både spelare och tränare för herrlaget och juniorerna i HVK (Hässleholms VK).

Målsättningen med volley träningen är att varje spelare ska få bättre kontroll på sina egna kunskaper. Allt från grundslagen till försvar och anfall i olika former kommer tränas. Taktik och lagarbete övas för att kunna höja spelets nivå ytterligare.