



BLI MED PÅ TEMAKVELD SUNN IDRETT

LØRDAG 4. SEPTEMBER, MOLDE

Else-Marthe Sørli Lybekk er tidligere landslagsspiller i håndball og jobber i dag med prosjektet "Sunn Jenteidrett". I løpet av en times tid deler hun sine erfaringer og bruker eksempler fra idretten når hun snakker om:

- faktorer som avgjør om du lykkes i idretten
- viktigheten av trivsel og gode miljøer
- fokus på hele mennesket
- forebygging av skader og sykdom
- kosthold for god helse og gode prestasjoner

NÅR: Lørdag 04.09.10 kl. 19:00 - 20:00

HVOR: Molde, hotell Alexandra

Foredraget er gratis og vil være relevant for utøvere, trenere, foreldre, støtteapparat og ledere i idretten, både gutter og jenter. Ingen påmelding.

Sunn Jenteidrett er et samarbeidsprosjekt (2008-2013) mellom Norges Skiforbund, Norges Skiskytterforbund, Norges Orienteringsforbund og Norsk Friidrett med støtte fra Norges Idrettsforbund/ Olympiatoppen og Norsk Tipping.



NORSK TIPPING