

Åpen friidrettstrening Stangehallen vinteren 2015/2016

Hedmark Friidrettskrets inviterer til "Åpen Friidrettstrening" i Stangehallen vinteren 2015/2016. Alle som ønsker kan benytte hallen, og treningene er åpne for de som er født i 2004 eller tidligere.

NB! Lagene må selv stille med instruktører.

I perioden **14. oktober 2015 til 27. april 2016** er hallen åpen for friidrettstrening til følgende tider:

Onsdager kl. 19.00 – 21.00

Lørdager kl. 10.00 – 13.00

Alle som skal benytte hallen må betale treningsavgift før de kan begynne treningen.

Enkelte klubber betaler samlet for åpen trening i Stangehallen. Utøvere fra disse klubbene kan trene fritt på de fastsatte tidene.

Dersom andre klubber ønsker avtale, ta kontakt.

For de som ikke har klubbavtale gjelder følgende priser:

Sesongkort (14.10.15 – 27.04.16): **kr. 2800,-** pr. utøver.

Dagskort : **kr. 150,-**

Sesong- og dagskort fås kjøpt i hallen i tilknytning til treningen.

Idrettsutstyr som ikke står fastmontert i hallen kan brukerne selv montere.

Alt utstyr skal ryddes bort og legges tilbake på plass etter avsluttet trening, og innenfor den avtalte treningstiden.

REGLER FOR BRUK AV SKO I STANGEHALLEN

På banedekket i Stangehallen kan det bare brukes 6 mm butte pigger av godkjent type. Videre er det ikke tillatt å benytte joggesko med svarte såler som sverter. Fordi feil bruk av pigger og joggesko har store driftsmessige konsekvenser vil det bli ført nøye kontroll med at reglene overholdes. Vi er dessverre nødt til å inndra treningskortet til den som bryter reglene. Det lønner seg derfor å påse at pigger og joggesko er i orden før treningen tar til. Godkjente pigger kan kjøpes i Stangehallens resepsjon.

Endrede treningstider:

Lørdag 31.oktober	UTGÅR	Ungdomscupen 3. del
Onsdag 23.desember		Trening 10.00-13.00
Lørdag 26.desember	UTGÅR	2.juledag
Onsdag 30.desember		Trening 12.00-15.00
Lørdag 16.januar	UTGÅR	KM



Lørdag 27.februar	UTGÅR	Annet arrangement i hallen
Lørdag 12.mars	UTGÅR	Bamselekene
Onsdag 23.mars	UTGÅR	(Påske)
Lørdag 26.mars	UTGÅR	(Påske)
Lørdag 9.april	UTGÅR	Annet arrangement i hallen
Lørdag 23.april	UTGÅR	Annet arrangement i hallen

Hvis det blir andre endringer vil disse bli bekjentgjort på www.hofik.no

Ønskes ytterligere opplysninger kan du kontakte:

Hedmark Friidrettskrets

Mob.: 997 44 546

E-post: hedmark@friidrett.no

Stangehallen

Telefon 62 57 90 00