

Åpen friidrettstrening Stangehallen vinteren 2016/2017

Hedmark Friidrettskrets inviterer til "Åpen Friidrettstrening" i Stangehallen vinteren 2016/2017. Alle som ønsker kan benytte hallen, og treningene er åpne for de som er født i 2005 eller tidligere.

NB! Lagene må selv stille med instruktører.

I perioden **26. oktober 2016 til 26. april 2017** er hallen åpen for friidrettstrening til følgende tider:

Onsdager kl. 19.00 – 21.00

Lørdager kl. 11.00 – 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.

Klubber uten avtale må betale for faktisk bruk. Hør med klubben din om den har avtale.

For de som ikke har klubbavtale gjelder følgende priser:

Sesongkort (26.10.16 – 26.04.17): **kr. 2800,-** pr. utøver.

Dagskort : **kr. 150,-**.

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 29.oktober	UTGÅR	Ungdomscupen 3. del
Lørdag 3.desember	FLYTTES	Trening søndag 4.desember 13.00-16.00
Lørdag 10.desember	FLYTTES	Trening søndag 11.desember 11.00-14.00
Lørdag 24.desember	UTGÅR	Julaften
Onsdag 28.desember	ENDRET	Trening 11.00-13.00
Lørdag 31.desember	FLYTTES	Fredag 30.desember 11.00-13.00
Lørdag 21.januar	UTGÅR	KM / Indoor Games



Lørdag 18.mars	UTGÅR	Bamselekene
Lørdag 25.mars	FLYTTES	Søndag 26.mars 11.00-14.00
Lørdag 1.april	UTGÅR	
Lørdag 8.april	UTGÅR	Påske
Onsdag 12.april	UTGÅR	Påske
Lørdag 15.april	UTGÅR	Påske
Lørdag 22.april	UTGÅR	
Lørdag 29.april	UTGÅR	

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