

**Kretsprosjekt Hekk**  
FOR HEDMARK OG OPPLAND

Vi er klare for en ny sesong med hekketrening i kretsregi.

Formålet med prosjektet er å få flere utøvere til å prøve hekk, og samtidig skape et miljø for utøvere som vil løpe hekk.

Aldersgruppe: Utøvere født i 2004 og eldre.

Samlingene er treningsbasert, og det er Petar Vukicevic som er engasjert som trener i prosjektet. Petar er den mest profilerte hekketrener i Norge. Det vil være ti treninger totalt i prosjektet. En hver måned.

Første samling blir i Moelv Idrettspark/Limtrehallen søndag 9.oktober.

Kl.14.00 for 15 år og eldre.

Kl.15.30 for 12-14 år.

Påmelding pr. mail til [hedmark@friidrett.no](mailto:hedmark@friidrett.no) senest fredag 7. oktober

Påmeldingen må inneholde følgende informasjon:

* Navn
* Fødselsår
* Klubb
* Personlige rekorder
* Navn på trener

Prosjektet har en egenandel på kr 1500,- som faktureres klubbene.  
  
*Har du spørsmål om prosjektet, kontakt*

*Dag Kåshagen [dag.kashagen@friidrett.no](mailto:dag.kashagen@friidrett.no)*

*Bård Venholen* [*bard.venholen@friidrett.no*](mailto:bard.venholen@friidrett.no)