

Innbydelse treningssamling og Trenerforum Ulsteinhallen 29-31. oktober

Møre og Romsdal Friidrettskrets ønsker utøvere og klubbtrenerne velkommen!

Kretsen fortsetter satsingen mot **klubbtrenerne** og ønsker de spesielt velkommen til å delta/observere treningene – det blir satt opp møte med aktuelle tema og tid for en god prat trenerne imellom

Klubbtrenerne som melder seg på – får gratis overnatting på Quality Hotel Ulstein lørdag-søndag



Vi får besøk av **MARI BJONE**, talentutviklingsansvarlig i Norges Friidrettsforbund. Mari har totalt 11 NM gull og i alt 18 NM-medaljer i øvelsene 400m hekk/400m/100m hekk på 90-tallet
Mari kommer til å ha møte med utøverne – samt at hun deltar i møte i Trenerforum sammen med klubb- og kretstrenerne lørdag

LERØY-samling – for utøvere 12 -13 år (12-åringer må ha med leder/forelder)
TEAM Møre samling for utøvere 14 år og eldre

Foreløpig program:

Fredag:

Fra kl 16:00 Åpen kretstrening i Ulsteinhallen
Klubbtrenerne bør følge sine utøvere – det er ikke oppsatt kretstrenerne denne økten

Lørdag:

Kl 11:00	Oppmøte og registrering
Kl 11:30-13:30	Første økt
Kl 13:30-15:00	Pause
Kl 14:00	Møte Trenerforum – MARI BJONE , NFIF deltar
Kl 15:00-17:00	Andre økt
Kl 19:00	Felles middag på hotellet
Kl 20:00	Sosialt opplegg for utøvere (i regi av ungdomsutvalget) Sosialt møte for trenere – Mari Bjone og kretstrenerne deltar

Søndag:

Kl 10:00-12:00	Første økt
Kl 12:00-13:00	Pause
Kl 13:00-15:00	Andre økt

Overnatting:

Det blir overnatting på Quality Hotell Ulstein. Kretsen fordeler utøverne på rom – kom gjerne med ønske til hvem de vil dele rom med. Det blir servert middag på hotellet lørdag kveld

Egenandel: Trening og hotell – kr 400
Trening og middag (u hotell) – kr 200
Kun trening – kr 100
Foreldre betaler samme egenandel som utøvere
Egenandeler faktureres klubbene i etterkant

Påmeldingsfrist tirsdag 26/10. Alle må bruke denne [linken](#)

COVID-19:

De generelle smittevern rådene som å holde seg hjemme når en er syk og ha god hoste- og håndhygiene gjelder fremdeles.

Mvh

Bente Krakeli

Daglig leder

90926225

mrfridrett@fridrett.no

Per Dagfinn Fagerli

Kretsleder

90202534

per.dagfinn.fagerli@hamsto.no

Arve Hatløy

Kretstrener

41476148

hatloy@hotmail.com

