



Frøidrettstrening

Stangehallen

Vinteren 2019/2020

Hedmark Frøidrettskrets inviterer til Frøidrettstrening i Stangehallen vinteren 2019/2020. Treningene er åpne for de som er født i 2008 eller tidligere.

NB! Klubbene må selv stille med instruktører.

Hallen er åpen for frøidrettstrening:

Onsdager kl.19.00-21.00 i perioden 23.oktober 2019 til 29.april 2020

Lørdager kl.11.00-13.00 i perioden 26.oktober 2019 til 28.mars 2020

Alle klubber med utøvere som skal benytte hallen må betale treningsavgift som kretsen fakturerer.

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. Det lønner seg derfor å påse at pigger og joggesko er i orden før treningen tar til. Godkjente pigger kan kjøpes i Stangehallens resepsjon.

Endringer i treningstider og eventuelle bortfall av treningsdager vil bli bekjentgjort på www.hofik.no