



Åpen friidrettstrening

Stangehallen

vinteren 2017/2018

Hedmark Friidrettskrets inviterer til "Åpen Friidrettstrening" i Stangehallen vinteren 2017/2018. Treningene er åpne for de som er født i 2006 eller tidligere.

NB! Klubbene må selv stille med instruktører.

Hallen er åpen for friidrettstrening:

Onsdager kl.19.00-21.00 i perioden 25.oktober 2017 til 25. april 2018

Lørdager kl.11.00-13.00 i perioden 28.oktober 2017 til 24.mars 2018

Liste over endrede treningstider ved f.eks. arrangementer, ferie m.m. finner du nedenfor.

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.

For de som ikke har klubbavtale gjelder følgende priser:

Sesongkort (25.10.17 – 25.04.18): **kr. 2800,-** pr. utøver.

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

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 28.oktober	UTGÅR	Ungdomscupen 3. del
Lørdag 9.desember	ENDRET	Trening 10.00-12.00
Onsdag 27.desember	ENDRET	Trening 12.00-14.00
Lørdag 20.januar	UTGÅR	KM / Indoor Games
Lørdag 10.februar	FLYTTET	Trening søndag 11.februar kl.15.00-17.00
Lørdag 17.mars	UTGÅR	Bamselekene
Onsdag 28.mars	UTGÅR	Påske
Lørdag 31.mars	UTGÅR	Påske
Lørdag 7.april	UTGÅR	
Lørdag 14.april	UTGÅR	
Lørdag 21.april	UTGÅR	
Lørdag 28.april	UTGÅR	

Hvis det blir ytterligere 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