

Kretssamling for ungdom 23.august 2025 (endret 20.08.2025)

Nord-Trøndelag friidrettskrets i samarbeid med Steinkjer vgs. friidrett ønsker alle født i 2012 - 2011 (13-14år) velkommen til friidrettssamling i **Steinkjerhallen** lørdag 23.august 2025.

Vi starter opp treningen/oppvarming **kl. 11:00**. Alle må derfor møte på tribunen kl. 10:45 for registrering. Laget til Lerøy-lekene er tatt ut, men av erfaring vet vi at det pga. sykdom kan bli forfall. Derfor håper vi alle 13 – 14åringer i klubbene rundt om stiller på samlingen slik at vi får mulighet til å se så mange som mulig i aksjon og supplere med reserver.

Alle klubber bør stille med minimum 1 lagleder.

Program

1.økt

11:00 – 13:00 Teknikktrening/finpuss

13:00 – 13:45 Pizza og småprat/info om Lerøy-lekene, regler og konsept.

Som vi har snakket om på tidligere samlinger er det viktig at vi også tørr og prøve nye øvelser og gjøre ting vi ikke behersker så godt. Allsidighet er viktig for å unngå skader.

Generelt:

Husk at vi har som mål å holde oss friske. Da er det viktig at alle har med klær for ombytte mellom øktene og etter trening, toalettsaker for øvrig og egen drikkeflaske.

Sted: Gulbergaunet friidrettsstadion, Steinkjer.

Påmeldingsfrist: 22.august kl.12:00 **Bindende!** Ved påmelding: meld inn om det foreligger allergier eller annet som må hensyntas.

Påmelding: klubbvis påmelding sendes: geir.nordtomme@friidrett.no

Egenandel: Ingen egenandel

Mvh
Nord-Trøndelag fik
Geir Nordtømme
Daglig leder