



Informasjon ungdomssamling

19.november 2016

Nord-Trøndelag friidrettskrets i samarbeid med Steinkjer vgs. friidrett ønsker alle født i 2002 – 2005 velkommen til friidrettssamling i Steinkjerhallen lørdag 19.november. Vi starter opp treningen/oppvarming kl. 1100. Alle må derfor møte i hallen seinest kl. 1045 og iført treningstøy.

Trenere og foreldre er hjertelig velkommen som observatører. Samlingen avsluttes med litt sosialt opplegg og pizzabuffet ca. kl. 1315.

Denne gang vil vi prioritere følgende øvelser:

Lengde, Hekk og Sprint.

Generelt:

Alle må selvfølgelig ta med klær for ombyutting, toalett saker for øvrig, egen drikkeflaske.

Trenere:

Simen Spolen	Lengde
Andrea Slørdahl/ Martha	Hekk
Erik Mikkelfjord	Sprint

Sted: Nye friidrettshallen på Campus Steinkjer.

Påmeldingsfrist: 16.november. **Bindende!**

Påmelding: geir.nordtomme@friidrett.no

Egenandel: kr 100,-

Nord-Trøndelag friidrettskrets

Geir Nordtømme

daglig leder