



Dagssamling lørdag 22.oktober 2016

Kl. 10.00 - 12.00;

«Vinnerkaller»

Mentale styrke og gode prestasjoner

Arne Jørstad Riise



Kl. 12.15 – 13.15;

Lunsj

Kl. 13.15 – 14.15;

Samarbeid utøver – trener

Hedda Hynne og Erik Sakshaug

Kl. 14.30 – 15.30;

Aktiv økt;

Basisøkt på Elixia med Hedda og Erik

