



Invitasjon til friidrettsklubbene i Telemark, dagssamling lørdag 22. Oktober 2016

Hvem; Alle utøvere som blir 15 år og eldre i 2017, samt trenere og ledere i klubbene. Interessert foreldre er også velkommen.

Hvor; Skagerak Arena i Skien, lokalene til Toppidrettsgymnaset og Elixia

Tema; VINNERSKALLER.

Før lunsj kommer Arne Jørstad Riise. Han er psykolog og journalist og en av forfatterne bak boka «Norske vinnerkaller». Han vil snakke om mental styrke og gode prestasjoner. Hva har betydning i en læringsprosess hos unge utøvere?

Etter lunsj kommer Hedda Hynne med sin trener Erik Sakshaug. Hedda er født i 1990 og startet sin friidrettskarriere i Herkules, som sprinter. Hun byttet etter hvert miljø og distanse. Samarbeidet med sin nåværende trener i Trondhjem startet i 2012. Hedda vant 800m i NM i 2014 og deltok i EM. Hun løp Norges raskeste 800m inne i vinter på 2.02.76 og forbedret tida kort etter til 2.01.82. Hun deltok i innendørsVM i USA på 800m og er kvalifisert for EM i Amsterdam. En spennende reise – som fortsetter. De kjører også en basisøkt på Elixia

Pris; Samlingen er gratis.

Påmelding; Vi ønsker påmelding innen 15.10.16

Spørsmål og påmelding; kontakt Aina Berg, mail; ainapberg@gmail.com eller mobil; 95044083

Med sportslig hilsen TFIK,

Ved Kristian Heldal og Aina Berg