



Inbjudan till

Träningsträffar

Hallands Skidförbund planerar i hösten 2010 fem träningsträffar: söndagen 22 aug i Hylte, lördagarna 2 okt i Ätran, 13 nov arrangör Löftan, 4 dec arrangör Nackhe och måndagen den 27 dec där arrangör utses senare. Tid kl 10.00–15.00.

Ungdomar 12–16 år

är målgruppens kärna.

Dvs de vi riktar oss först och främst till.

För att hos dem utveckla tekniken, träningen, samhörigheten m m.

Vi vill också att några av dessa ungdomar tävlar för Halland

i Kalle Anka Cup och Folksam Cup kommande vinter.

Juniorer och seniorer är också välkomna. De kan hjälpa till att träna ungdomarna och får själva ett bra träningspass.

Lunch ca kl 12. Tag med lämplig kost.

Innehåll:

Information och Dialog

Hur blir du en bättre idrottare

Hur håller du dig frisk

Skidgång . Rullskidor . Löpning

Teambildning . Stafetter . Jobba bra tillsammans

Bollspel

Tränare:

Fredrik Schmith, Falkenberg m fl

För mer information och intresseanmälan

kontakta Gunnar Johansson 0345-30079, 0708-121915

gunnar-contenta@tele2.se