



INSPIRATIONSTRÄNING

Är du friidrottare född 2009/2010 som tycker sprint/häck eller hopp är extra roligt? Kom till Växjö lördagen 6 april!

Vad?

Grundläggande vårträning antingen med inriktning sprint/häck eller hopp

Var?

Värendsvallen, Växjö

När?

Lördag 6/4, kl 10.00-12.00

Med?

Sprint/Häck: Håkan Widlund

Ansvarig för sprint/häck på FIG Växjö



Hopp: Erik Svensson

Ansvarig för hopp på FIG Växjö



Anmäl dig via länken:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1890965>

I anmälan anger du om du antingen vill träna sprint/häck eller hopp. Det kommer vara en gemensam uppvärmning med alla anmälda, sedan går vi ut i respektive grengrupp. Träningen kommer främst vara inriktad på tekniska övningar och inte grenarna i tävlingsutförande. Ombyte kommer finnas möjlig i Telekonsult arena i anslutning till Värendsvallen.

Begränsat antal platser, först till kvarn!

Väl mött

Håkan och Erik