

FSIs projekt TALANGJAKTEN ordnar även denna vår en

TRÄNINGSDAG I KASKÖ!

- När och Var?** Söndag 4.3 i Kasköhallen (Slussgatan 11, 64260 Kaskö)
- Dagsprogram**
- 10:00 Träningspass 1, välj mellan
- Sprintlöpning med Mats-Johan Hagman
 - Kulstötning med Robert Häggblom
 - Längdhopp med Johan Nordmyr
- 11:40 Lunch
- 13:30 Träningspass 2, välj mellan
- Spjutkast med Robert Häggblom
 - Häcklöpning med Mats-Johan Hagman
 - Löpintervaller utomhus m. Johan Nordmyr
- 15-tiden avslutas träningsdagen
- För vem?**
- Friidrottsintresserade barn/ungdomar födda 2008-2001
 - Föräldrar/tränare: för att få träningstips
- Kostnad?** Projektet Talangjakten betalar för själva träningen och utrymmena. Lunchens plats och pris är inte helt klar ännu, men räkna med ca 10e/pers som du betalar själv.
- Anmäl senast!** Sö 25.2 till joan.nordmyr@idrott.fi eller 0407676890. Vid anmälning: uppge namn och ålder, vilka grenar du vill träna samt eventuella dieter. Även föräldrar/tränare ska uppges, så vi vet hur många som äter lunch.