



Gemensam Längdskidträning Ungdom Vintern 2013-2014



OK Löftan, FK Friskus, OK Nackhe

Målgrupp:	Ungdomar 8-16 år, med ledarledd skidträning Juniorer samlas samtidigt, men sköter sig själva
Samling om inget annat anges:	Åkulla konstsnöspår vid "Spårkortsboden" kl 18,00 (endast vid åkbara skidspår)
Tänk på:	Om möjligt, ha färdigvallade skidor med dig Klä dig som för löpträning/skidåkning vintertid (mössa och skidvantar)
Glöm inte:	Varma överdragskläder, så att du inte fryser på vägen hem

Aktuell info via Facebook "Skidträning Åkulla", åksätt/övningar (klassisk stil eller skate)

Planerade datum (vid snö):

Onsdag kl 18-19	Ansvarig för träningen/åksstil (preliminärt beroende av väder):	
18/12	OK Löftan	klassisk stil
8/1	OK Nackhe	klassisk stil (samtidigt Elljus-cup SK Hylte)
15/1	FK Friskus	skate stil
22/1	OK Löftan	klassisk stil (samtidigt Elljus-cup Ätrons IF/Krogsereds IF)
29/1	OK Nackhe	skate stil
5/2	FK Friskus	klassisk stil (samtidigt Elljus-cup IF Rigor)
12/2	OK Löftan	skate stil
19/2	OK Nackhe	klassisk stil
26/2	FK Friskus	skate stil
5/3	OK Löftan	klassisk stil
12/3	OK Nackhe	klassisk stil
19/3	FK Friskus	klassisk stil

Kontaktpersoner:

Peter Aronsson	FK Friskus	0733-63 85 86
Urban Broms	FK Friskus	0707 -74 72 16
Mikael Johansson	OK Nackhe	0768-71 05 03
Martin Beckman	OK Nackhe	070-650 08 61
Magnus Johansson	OK Löftan	0708-85 14 71
Bengt-Göran Nilsson	OK Löftan	0760-16 26 29



VÄLKOMNA!!