



Gemensam Längdskidträning Ungdom Vintern 2014-2015



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 18,30
(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 18.30-19.30	Ansvarig för träningen/åkstil (preliminärt beroende av väder):	
14/1	IK Trenne	Sprint DM Klassisk stil i Åkulla. Föranmäls!
21/1	OK Löftan	klassisk stil (samtidigt Elljus-cup Ätrons IF)
28/1	FK Friskus	klassisk stil
(3/2	Skol DM Hylte,	klassisk stil)
4/2	OK Löftan	klassisk stil
11/2	Friskus	skate stil
18/2	OK Löftan	klassisk stil
25/2	FK Friskus	skate stil
4/3	OK Löftan	klassisk stil
11/3	FK Friskus	klassisk stil
18/3	OK Löftan	klassisk stil

Kontaktpersoner:

Peter Aronsson	FK Friskus	0733-63 85 86
Henrik Bechtel	FK Friskus	073-902 33 52
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!!