



Idrettsskole

Fana Stadion uke 26 (27.6-30.6)

man-tor kl 09.30-14.30

Program:

Innlæring av teknikk i løp-, hopp- og kastøvelser
Treningsøvelser for spenst, hurtighet, utholdenhet og styrke
Allsidig trening og lekbaserte øvelser

Trener:

Endre Raa, AAF-leder Fana IL, utdannet kroppsøvlingslærer og friidrettstrener i over 20 år.

Påmelding:

Til Jens Martin Bolstad på mail: jm_gepard@msn.com
30 plasser, "Førstemann til mølla"

Målgruppe:

Barn i alderen 8-12 år i Fana IL og andre barn i bydelen!

Ta med:

Egnet treningsutstyr (joggesko, treningsdrakt, shorts med mer!)
Matpakke, frukt og drikkeflaske!!!

Pris:

200,-

