

Välkommen på mångkampsträning våren 2024

Är du friidrottare född 2008-2010 som tävlar i mångkamp eller drömmer om att genomföra din första mångkamp i sommar. Då är du välkommen till Växjö på inspirerande mångkampsträning med start lördagen 6 april, sedan rullar vi på varje lördag fram till Ljungbymångkampen 25-26 maj.

Var?

Värendsvallen Växjö

När?

Varje lördag mellan 6/4-18/5 kl10-12

Med?

Tobias Olsson -
Ansvarig för mångkamp på FIG Växjö.

Agne Bergvall -
Ansvarig för mångkamp på High Performance Center



Anmälan

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1893249>

Övrig info

Varje träningspass kommer bestå av en allmän uppvärmningsdel, en huvudel med fokus på tekniska övningar och en avslutande konditionsdel som förberedande inför tävlingarna i Ljungby 25-26 maj. Vi vill betona vikten av att denna inbjudan riktar sig mot dig som vill tävla i mångkamp. Huvudansvariga tränare kommer vara Tobias Olsson och Agne Bergvall, men även andra gästtränare kommer dyka upp under våren, allt för att kunna ge er bästa stöttning i er träning.

Begränsat antal platser, så gå in via länken och anmäl er direkt, dock senast 3/4.

Hälsningar

Tobias och Agne