

HÖJDHOPPSCAMP 2024



Södra Norrlands friidrottsförbund i samarbete med Sundsvalls FI och Friidrottsgymnasiet i Umeå bjuder in till träningsläger för höjdhoppare

- NÄR:** 13-14/1 2024
- VAR:** Sundsvall
- TRÄNING:** Baldershallen
- FÖR VEM:** Höjdhoppare födda 2010 upp till seniorer samt deras ledare.
- TRÄNARE:** Jan Bäck, hopptränare på Friidrottsgymnasiet i Umeå.
- TÄVLING:** En höjdtävling kommer ingå och där med åldersklasser från FP13 och äldre. Separat inbjudan till tävlingen kommer snart på Sundsvalls Friidrotts hemsida. Anmälan till tävlingen via easyrecord.

LÄGERPROGRAM:

Lördag
10.00 samling Baldershallen entré.
10.30 - 12.00 Träning
12.00 - 13.00 Lunch (baldershallen restaurang)
13.00 - 14.00 Föreläsning Jan Bäck
15.00 - 17.30 Höjdtävling
18.00 - 20.00 Middag där vi sammanfattar dagen.

Söndag
08.00 - 11.30 Träning
12.00 Avslutning

- ÖVRIGT:** Hall är perfekt anpassad för träning och tävling i höjdhopp!
- KOSTNAD:** 1400kr varav föreningen får tillbaka 1200kr/ deltagare och ledare efter helgen är genomförd. I priset ingår träning och mat. Boende i dubbelrum ingår vid behov. Enkelrumstillägg 400kr.
- ANMÄLAN:** Sista anmälningsdag 12 december

Anmälan för
höjdhoppare



Anmälan för
ledare

