

UTVECKLINGSTRÄFF FÖR AKTIVA 13–14 ÅR SAMT DERAS TRÄNARE

Tid	Söndagen den 7 januari, 10.00-16.00	
Plats	Eva Lisa Holtz arena, Karlstad	
Målgrupp	Aktiva 13–14 år och deras tränare Dagen innehåller både teoretiska och praktiska inslag – ta med ombyte	
Program	10.00	Samling, info om dagen
	10.15	Gemensam uppvärmning
	10.30	Praktiskt pass Grenspecifik träning. Hopp, kast, sprint eller medel
	12.00	Lunch
	12.45	Södra Svealands ungdomskommitté håller i aktiviteten
	14.30	Stafett
	16.00	Slut för dagen
Anmälan	Anmälan görs i IdrottOnline via nedanstående länk senast den 20/12. Vänligen ange eventuell specialkost vid anmälan. Aktiva ska även maila madde.olsson@friidrott.se eller erica.jarder@friidrott.se och meddela vilken gren du helst vill träna 10.30-12.00. Anmäl dig här	
Kostnad	Träffen kostar 100kr per deltagare och faktureras från Södra Svealand i efterhand. Om inte avanmälan görs till föreningsansvariga innan kl 08:00 den 7/1 debiteras föreningen med 100kr per deltagare	
Frågor	Madde Olsson 076-311 80 20 madde.olsson@friidrott.se Erica Jarde 073-313 64 04 erica.jarde@friidrott.se	