



Prova på friidrott på höstlovet!

Du som är född 2006-2008, kom och prova på friidrottens olika grenar, tre förmiddagar kl. 9-12 på höstlovet.

När? Mån, tis, ons (26-28/10)
Var? Källängens skola (mån, tis) och Bosön (ons)
Vem? Du som går i åk 6,7,8
Pris? 100 kr

Hur? Våra elittränare och ungdomsledare kommer att ta väl hand om er och ni kommer att ha både kul och att få kämpa lite.

Kläder? Ha bra gymnastikskor och gympakläder

Cov-19? Vi anpassar verksamheten och följer FHM rekommendationer. Känner du dig krasslig stannar du hemma.

Anmäl dig på länken nedan och betala in endast 100 kr för alla tre dagarna. Det ingår mellanmål och frukt varje dag. Ta med dig vattenflaska. Begränsat antal platser så först till kvarn!! Anmälan via [Friidrottens hemsida](#)

Du kommer få prova på många olika grenar inom friidrotten, som längdhopp, sprint, häck, höjdhopp, där du får inspiration och kanske hittar en favoritgren. Du får även gå igenom några styrke- och balanspass. De två första dagarna kör vi på Källängens skola. Den tredje dagen tränar vi på Bosöns fina anläggning.

Du behöver inga som helst förkunskaper i friidrott, men du skall såklart gilla att röra på dig och att prova på just din favoritgren!



Foto: Deca Text & Bild

@deca_text_och_bild