**FORTSETTELSE LØPSSKOLE STEINKJER FRIIDRETTSKLUBB**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**Steinkjer Friidrettsklubb inviterer alle i aldersgruppen 10-13 år til fortsettelse av løpsskolen vi arrangerte i juni i år.**

**Tid: torsdag 13. august og torsdag 20. august 2020 kl 17-18 på Guldbergaunet Friidrettsstadion.  
Ca 20 barn/ungdom i aldersgruppen 10-13 år gjennomførte de tre første samlingene. Vi inviterer alle disse pluss nye barn/ungdom i 10-13 år som vil lære mer om løping.**

**Emner for fjerde samling er baneløp, hinderløyper som intervalltrening og stafetter.**

**Instruktører er aktive i Steinkjer Friidrettsklubb.**

**Velkommen til løpsskole 10-13 år  
Påmelding på e-post steinkjerfik@gmail.com innen tirsdag 11/8- 2020.  
Ved påmelding trenger vi følgende opplysninger (hvis dere har meldt inn dette fra før, trenger vi bare navn)  
• Navn og fødselsdato på utøver  
• Navn, mobilnummer og e-post til foresatt  
• Løpsskolen er gratis, ingen startkontingent**

**Fullstendig innbydelse ligger på klubbens nettsider.**

**PS. Vi planlegger en femte samling når vi begynner innendørstrening i Friidrettshallen.**

**Kontaktpersoner:**Hans Foosnæs mobil 90166510  
Henrik Sandstad mobil 90753691  
Liv Karin Olsen Flak 97645034