



## FRIIDRETTSSKOLE SOMMEREN 2023

### Et *gratis* tilbud til barn og unge i alderen 8-12 år

Steinkjer Friidrettsklubb inviterer til friidrettsskole for barn og unge i alderen 8-12 år (f. 2011-2015).

### Når og hvor?

**Mandag 7. august, tirsdag 8. august, onsdag 9. august.** Alle dager kl. 12.00 – 15.00 på Guldbergaunet. Oppmøte på friidrettsbanen ved klubbhuset.

**Torsdag 10. august** gratis deltagelse på Steinkjer-stafetten i Steinkjer sentrum.

**Torsdag 17. august kl. 17.00** – gratis deltagelse på en ordinær friidrettstrening på Guldbergaunet.

**Torsdag 24. august kl. 17.30** gratis deltagelse på terrengløp på Guldbergaunet.

### Sted:

Guldbergaunet idrettspark og Steinkjer sentrum.

**Formålet** er å gi barn og unge en introduksjon til de forskjellige øvelsene innen friidrett. Vi ønsker at deltakerne på friidrettsskolen skal oppleve mestring, trivsel og sosialt fellesskap.



Foto: Pixabay

## Påmelding

Påmelding innen **1. august** på mail: [grethe.sormul@hotmail.no](mailto:grethe.sormul@hotmail.no).

Viktig at mail merkes med PÅMELDING FRIIDRETTSSKOLE i emnefelt.

Påmeldingen må inneholde fullt navn og fødselsdato på barnet, samt fullt navn og kontaktinformasjon (mobilnummer) på foresatte.

## Praktiske opplysninger

Utøverne trenger joggesko og drikkeflaske/ drikke til treningene. Det blir servert lunsj, is og frukt hver dag.

**Steinkjerstafetten** går av stabelen i Steinkjers gater på kveldstid torsdag 10. august, i forbindelse med Steinkjermartnan.

Vi ønsker å legge til rette slik at de som ønsker det, kan løpe stafett denne dagen. De som har vært med på friidrettskolen kan løpe for Steinkjer friidrettsklubb. Klasser: mix 8-10 år, jenter 11-12 år, gutter 11-12 år.

Påmelding til stafetten gjøres til trenerne på friidrettskolen, senest onsdag 9. august.



**Hjertelig velkommen på friidrettsskole!**

Hilsen Steinkjer Friidrettsklubb

**Vi takker våre sponsorer og støttespillere:**



<https://steinkjerfik.no>, e-post: [steinkjerfik@gmail.com](mailto:steinkjerfik@gmail.com)