

Sommer-trening for veterangruppa.

Mandager og torsdager kl 1830.

Oppmøtested: FosenHallen.

Oppstart: mandag 27.april.

Alternative treningsmuligheter etter eget ønske:

- 1) Rulleskøyter** utebanen / inne i Fosenhallen. (Kan kombineres med p.2)
- 2) Styrketrening** når utstyret er satt opp (det er like før det blir gjort)
- 3) Sykkel** med felles avreise fra FosenHallen 1830.

- kort eller lang tur etter eget ønske. Vi deler i grupper etter behov.
- kombinert med tur på Kopparn el. l.

4) Helgatur i skog og mark.

Primus motor her er Atle Johnsen. De som ønsker nærmere info for hver tur tar kontakt med Atle på telefon:97512950

Det vil senere bli drøftet treningsprogram for inline.

Velkommen til sommertrening.

Martin.