

Parafriidrottsläger

21-22 Oktober
Nolia Friidrottshall, Umeå

Är du nybörjare, van friidrottare eller ledare? Alla är välkomna till inspirerande och rolig helg i Umeå!

Program

Lördag 21 oktober

12.00 Gemensam lunch på friidrottshallen. Samling & lära känna varann
13.30 Friidrottsträning (löpning, kast, hopp eller friidrottslek)
14.30 Paus
15.00 Friidrottsträning (löpning, kast, hopp eller friidrottslek)
17.00 Gemensam middag

Söndag 22 oktober

10.00 Samling på friidrottshallen
10.15 Friidrottsträning (löpning, kast, hopp eller friidrottslek)
11.00 Paus
11.15 Friidrottsträning (löpning, kast, hopp eller friidrottslek)
12.00 Avslutning och lunch i friidrottshallen



Mat och boende

Vi äter lunch och middag tillsammans under lägret och detta ingår i priset. I pauserna finns även lättare mellanmål. Boende på hotell i Umeå.

Kostnad

200kr och då ingår mat, boende och en massa rolig friidrottsträning. Varje deltagare får ta med en medföljande för samma pris.

Anmälan

Senast den 21 september via denna länk:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1758903>

Frågor eller funderingar?

Kontakta Emma på emma.granlund@friidrott.se

Välkomna!