

Träna tillsammans med ÖIDs snabbaste 14 - 18-åringar under ledning av distriktstränare Mats-Johan Hagman. Han hjälper er förädla er talang till att ta första steget mot nationell toppsprintnivå, eller till den nivå ni har siktet inställt på. Genom löpteknik, styrka, snabbhet, acceleration och hopp utvecklas du och gruppen tillsammans!

Träningarna hålls två gånger i veckan, på måndagar inom projektet talangjakten och på onsdagar inom träningscentret i Botniahallen. Vi ser gärna att du deltar i bägge träningarna, eftersom de kompletterar varandra. Måndagsträningen kostar ingenting medan onsdagsträningen kostar 200e för hela året (oktober-maj). Därtill kommer inträde till hallen, men den kanske er förening står för?

Alltså:

Talangjaktengruppen, måndagar kl.18:30 Botniahallen

Träningscentergruppen, onsdagar kl.18:00 Botniahallen

Början av hösten sker träningarna eventuellt utomhus, beroende på väder.

Första tillfället för onsdagsgruppen är **12.10**, första tillfället för måndagsgruppen är **17.10**. På tillfället 17.10 hålls en information/presentation också innan träningen börjar.

Anmälning till måndagsgruppen (födda 1998-2003) görs till talangjakten@idrott.fi eller johan.nordmyr@idrott.fi.

Anmälning till onsdagsgruppen (födda 1999-2004) görs på denna sida: <http://www.folkhalsan.fi/startside/Data/Regioner/Osterbotten/Vorkommun/Aktiviteter/Norrvala-kortkurser/OID-grengruppstraning/>

Det finns ingen deadline för anmälningarna, man kan komma med direkt från hösten eller först efter nyår eller när man så tycker. Tränare Hagman önskar dock att man kommer med så tidigt som möjligt eftersom träningen byggs upp stegvis och intensiteten höjs vartefter..! Är man osäker på deltagande, kan man alltid komma och prova vara med en gång. Då man väl bestämt sig att komma med så bör man vara med varje vecka (så ofta som möjligt), för att få kontinuitet i träningen.

VÄLKOMMEN!

