

KOM MED PÅ

SKIDTRÄNING

VID VARGBERGET

Gillar du att vara ute, leka och röra på dig tillsammans med kompisar och familj? Kraft Skidor ordnar varje vecka träning utomhus, från oktober till mars. Vi lovar er lekfulla träningar för bättre uthållighet, styrka och kroppskontroll. Sol, regn eller snö, spelar ingen roll vi tränar oavsett. Gruppindelning görs på plats, ingen förhandsanmälan.

FAMILJEFYS

Nybörjare och små skidstjärnor tränar tillsammans med en förälder.
Träningstid kl. 18-19

MELLISAR & KLUBBETTAN

Nybörjare och äldre skidstjärnor delas in i grupper enligt ålder.
Träningstid kl. 18-19:15/19:30

Plats: Vargberget

Tid: torsdag kl. 18 fr.o.m. 2.10.2025

Kostnad: Medlemsavgift 30€ under 12 år, 50€ för 12 år och äldre. I avgiften ingår terränglopp, torsdagsträning och klubbävling. Provträna gratis två gånger.

Utrustning: Kläder enligt väder och gärna vattenflaska med! Träningarna inleds på barmark, när snöläget tillåter övergår vi till att träna på skidor.

INFO & FRÅGOR

Mia Snickars, 044 3238 882
annmari.snickars@gmail.com

TERRÄNGLOPP

HT 2025

9.9, Vargberget	14.10, Öjskogsparken
16.9, Högåsen	21.10, Böle
23.9, Träskböle	28.10, Pjelas
30.9, Rangsby	4.11, Pörtom
7.10, Norrnäs	11.11, Vargberget

Anmälan på plats senast kl. 18:15. Vi värmer upp kl. 18:20, därefter gemensam start kl. 18:30.

Klasser från 6 år och uppåt. Olika banlängder enligt ålder. Större pris om man deltar fler än 7 ggr, mindre pris om man deltar minst 4 ggr.

Kom med och bli en del av gänget!

