

HEDALEN IDRETTSLAG INFORMERER :

VI STARTER OPP MED SKITRENING OG SKILEIK MANDAG 7. JANUAR KL. 1800 - 1900

Vi har satt fra 1.klasse og oppover til ca. 12 år, men er det noen over 12 år som ønsker å være med (gjelder de som ikke er med på trening med Valdres ski), er de velkommen til å bli med. De som er med på skytetrening mandager, kan få skyte etter trening kl. 1900. Barna selv kan ønske hvilken gruppe de vil være med i, enten skileik og mestring, eller ren skitrening, hhv klassisk eller fristil. Trenerne vil ta endelig avgjørelse.

Viktig at alle møter med ferdig preparerte ski tilpasset treningsaktiviteten.

Vi har satt opp en liste med oversikt over treninger, hva som skjer og hvem som skal hjelpe til. Det står navnet til barna som vi vet ønsker å være med, og så kan foreldrene/foresatte selv velge hvem som kan ha hjelpeoppgaven. Kan dere ikke, må dere skaffe noen andre. Trenerne skal ha med seg en medhjelper, og det skal vi klare siden de er så snille og trener barna våre !! Medhjelperens oppgaver blir å bistå trener med tilrettelegging, bortrydding ifm trening, samt ta seg av de som må ha en pause i treningstimen.

Er det andre enn de som er skrevet på lista som ønsker å bidra, vennligst si fra til Mona. Alle barn/foreldre er velkommen selv om de ikke står som medhjelpere i denne omgang☺ (lista er skrevet ut fra de som var på infomøte 181207).

<i>mandag</i>	<i>Skitrening</i>	<i>Skileik og mestring</i>	<i>Medhjelper, foreldre til:</i>	<i>Preparering</i>
7.1.	KLASSISK v/Kristian	Rolf Gunnar	RONJA NERBYE	Helge
14.1.	FRISTIL v/Anne	Rolf Gunnar	TORJUS KJENSRUD	Helge
21.1.	FRISTIL v/Kristian	Rolf Gunnar	TOMMY NORDBY	Helge
28.1.	KLASSISK v/Anne	Rolf Gunnar	ROY ATLE KJENSRUD	Helge
4.2.	FRISTIL v/Kristian	Rolf Gunnar	HALVOR GRØNHAUG	Helge
11.2	FRISTIL v/Anne	Rolf Gunnar	SONDRE HOLMEN	Helge
18.2.	KLASSISK v/Kristian	Rolf Gunnar	LARS ANDREAS HUSET	Helge
3.3.	FRISTIL v/Kristian	Rolf Gunnar	LARS MARTIN GRØV	Helge
10.3.	FRISTIL v/Anne	Rolf Gunnar	TUVA AUREN	Helge

Foreldrekontakt og koordinator for treninga: Mona Strandbråten, 90670171, mona@hedalen.no,