

## INDBYDELSE TIL FÆLLESTRÆNING I STADION - ATLETIK

LØRDAG DEN 8. MAJ 2021 PÅ HERNING ATLETIK STADION

Ingen Herning Games i 2021 - Derfor inviterer HGF AM KLUBBER I VEST til træningssamling for årgangene 2006-07 og ældre - Ikke begyndere

2 moduler: 1) Kl. 10-12 - PAUSE - 2) Kl. 14 – ca.15.30

I pausen kommer LIGA SPORT, og Torben har et stort udvalg af pigsko, sko og anden beklædning. Og atletikrekvisitter kan købes gennem ham.

Ligeledes kommer Elitekoordinator Morten Brammer Olesen, DAF

### ØVELSER:

<b>KAST</b>	<b>Hammer</b> (kastegård) Antal deltagere: min.4-max.8 <b>Kugle</b> (stadion – nord) Antal deltagere: min.4-max.8 <b>Spyd</b> (stadion - nord) Antal deltagere: min.4-max.8	Træner: Kirsten Eskildsen, Åbenrå <b>Medbring selv hammer pga Corona</b> Træner: Tom O. Jensen, Esbjerg <b>Vi kommer med kugler, sprit og klude</b> Træner: Mikkel Garbrecht, Åbenrå, nu 1900 <b>Medbring selv spyd pga Corona</b>
<b>SPRING</b>	<b>Længde/trespring</b> stadion – springbane syd/nord Antal deltagere: min.4 – max.10 <b>Højde</b> stadion – springbane syd Antal deltagere: min.4 – max.10	Træner: Isabel Propotny, Åbenrå, nu 1900 Træner: Mads Moos Larsen, Viborg, nu 1900
<b>SPRINT/HÆK</b>	<b>Kortsprint og kort hæk:</b> Antal deltagere: min.6 – max.10 <b>Langsprint og lang hæk:</b> Antal deltagere: min.4 – max.10 stadion – ligeud løbebane øst eller vest/rundbane	Træner: Tobias Stærmosé, Træner: Martin Johansen, Ålborg, nu 1900
<b>Antal deltagere</b>	<b>i alt 30-64. Trænere i alt: 7.</b> Mindst 30 deltagere i alt - ellers bliver samlingen IKKE gennemført. Den enkelte gruppe skal nå min.-tallet for at blive gennemført.	
<b>PRIS:</b>	225 kr. for hele dagen. Skal dække udgifter til trænerne.	
<b>BESPISNING:</b>	<b>Medbring selv mad og drikke. Kantinen er IKKE åben.</b> Vand/kaffe ad libitum	
<b>TILMELDING TIL:</b>	Kirsten Bergmann, HGF AM, tlf. 51210224, mail: <a href="mailto:kirsten.bergmann@energimail.dk">kirsten.bergmann@energimail.dk</a> SMS eller MAIL. Skriv Navn, årg. Klub, Øvelse du ønsker at deltage i. Betaling sammen med tilmelding. HUSK at skrive navn OG træningssamling MobilePay 84029 eller Netbank, bank 7604 Konto 1322066.	
<b>TILMELDING SENEST</b>	<b>Lørdag den 1. maj kl. 00.00</b>	