



Mandagstreninger U16 Mai/Juni

Mandagstreningene for U16 vil være eksklusivt for Lillehammer Skiklub – Alpint og Langrenn sin U16 – 15/16års grupper (Langrenn blir med fra August). Det kan godt hende at NTG utøvere blir med på øktene. Her vil det være fokus på innsats, tilstedeværelse, gruppebygging, men aller viktigst; vi skal ha det gøy med å trene.

Vi forventer at utøverne møter klare og tidsnok til treningsstart og at en gir beskjed dersom en er forsinket eller ikke har mulighet til å komme.

Treningene vil ha oppmøte utenfor Håkons Hall og vil ha base i bunn av Kleivbakken.

Mai				
Uke	Dato	Treningsstart	Hva	Ansvarlig
19	Mandag 10.05.2021	17:00	Mage/rygg/ stabilitetskoordinering	Totto og Jørtik
20/21	Oppstartssamling U16 Juvass. 21.05-24.05.2021			
22	Mandag 31.05.2021	17:00	Imitasjon	Totto og Jørtik
Juni				
23	Mandag 07.06.2021	17:00	Spensst/Hurtighet	Jørtik og Totto
24	Mandag 14.06.2021	17:00	Hardhausen (Hoppbakken)	Totto og Jørtik



Lillehammer Skiklub
Kleivbakken 9, 2. egt
2618 Lillehammer

Postboks 97
2604 Lillehammer

Tlf +47 480 43 494
epost post@lillehammerskiklub.no
www.lillehammerskiklub.no