



Kråkstad, 10.03.26

Årsrapport for 2025 for Kråkstad Bootcamp

I mars 2025 startet idrettslaget opp en styrketreningsgruppe for voksen over 18 år i Tufteparken. Det ble tilbudt 16 plasser, og ble raskt fulltegnet. Hver torsdag, fra mars til sommerferien, ledet Andreas Halvorsen treningene. I det første kurset var det godt oppmøte og godt fornøyde deltagere. Derfor ble det satt opp ett nytt kurs i Tufteparken med 18 plasser i perioden september-november. På grunn av stor interesse og for å holde kontinuitet igjennom vinteren arrangeres det ett 16 ukers innendørs kurs med 20 plasser fra november til mars 2026. Begge disse kursene har vært fullbooket. Alle kursene er fullfinansiert med kursavgiften som betales ved påmelding.

Espen Raa og Marit Skuterud Vennatrø
Kontaktperson for Kråkstad Bootcamp