

**Velkommen til «Hellas-dag»
i den flotte friidrettshallen på Rud, Bærum**



Lørdag 23. april – meld på NÅ (Frist: 10. april)

Program:

11:30 – 12:15	Generell informasjon til foreldre og utøvere v/hovedtrener Robin. Bl.a. om trening og konkurranser– åpnet for spørsmål.
12:15	Samlingen starter med felles oppvarming
12:30	Vi har hele hallen til disp. - utøverne deles i mindre grupper
15:00-16:00	Felles måltid for alle utøverne i kantineområdet (tilberedt av foreldregruppe)

For å få til best mulig trening for alle har vi bindende påmelding snarest mulig, og senest søndag 10. april. Bruk påmeldingslinken: <https://no.surveymonkey.com/r/8DZ9D5R>
Linken finner du også på www.ifhellas.no

*Vi håper flest mulig vil bli med på en motiverende treningsdag ☺
Sammen er vi gode!*

Sportslig hilsen fra

Trenere og styret i IF Hellas