

# NYTT FÖR I ÅR!

## Är du intresserad av att träna mer eller prova en ny gren?

Vi vill ge dig chansen att få ett extra träningstillfälle med speciella teman.

Alla MAI:are födda 00-04 är välkomna. Du kommer att kunna välja mellan kast, hopp, sprint och medel/långdistans.

Gratis för MAI:s aktiva, ingen föranmälan krävs.

Kompetenta tränare är på plats för att inspirera dig.

Samling inne på Athleticum.

Datum, tid och gren se nedan, inför varje träning kommer tränarna för de olika passen att presenteras på MAI:s hemsida.

### VÄLKOMMEN!

Datum	Grengrupp	Tid	Åldersgrupp
5 april	Kast	09.00 - 10.30	03-04
5 april	Sprint	09.00 - 10.30	03-04
5 april	Kast	10.30 - 12.00	00-02
5 april	Sprint	10.30 - 12.00	00-02
26 april	Hopp	09.00 - 10.30	03-04
26 april	Medel/lång	09.00 - 10.30	03-04
26 april	Hopp	10.30 - 12.00	00-02
26 april	Medel/lång	10.30 - 12.00	00-02
3 maj	Kast	09.00 - 10.30	03-04
3 maj	Hopp	09.00 - 10.30	03-04
3 maj	Kast	10.30 - 12.00	00-02
3 maj	Hopp	10.30 - 12.00	00-02
17 maj	Sprint	09.00 - 10.30	03-04
17 maj	Medel/lång	09.00 - 10.30	03-04
17 maj	Sprint	10.30 - 12.00	00-02
17 maj	Medel/lång	10.30 - 12.00	00-02

