NÅ KOMMER VINTER'N!

Skigruppa i Flosta starter opp med treninger på mandager. Første trening er mandag 31. oktober.

De siste tre årene har vi hatt gode snøforhold her i regionen, og med stabile snøforhold følger ski og moro. Mange har anskaffet seg skiutstyr og snart blir det mulighet for å bruke det igjen!

Treningene frem til snøen kommer vil foregå i gymsalen på skolen og utendørs. Gruppene er som følger:

1-3 klasse: Mandager kl 17-18
4-7 klasse: Mandager kl 18-19

Treningene vil ha fokus på utholdenhet, styrke, koordinasjon og variert skiteknikk. Mye vil være lekpreget, men målet er at øvelsene "gir mening", utvikler forståelse og gir fysisk fremgang hos barna.

Når snøen kommer vil vi naturligvis oppholde oss ute og med ski på beina.

Bindene påmelding til:
Anders Sælid Fjøsne anders.fjosne@tvedestrandamli.vgs.no

Mvh

Anders S Fjøsne	Formann i Skigruppa / trener	934 02 660
Yngve Stiansen	Trener	930 83 878