# *INBJUDAN*

## *Inspirationsträff*
## *Husum 17 november*



Svenska Skidförbundet längd bjuder in till en inspirationsträff med **temat skidinspirerad barmarksträning med övningar och lekar som utvecklar tyngdöverföring, balans och koordination. Glädje och hög aktivitetsnivå kommer att vara viktiga ledord i genomförandet**. Innehållets inriktning är anpassat för barn upp till 13 år.

Kvällen inleds med ett pass löpning, skidgång och lekar utomhus där ni kommer att få inspiration och **tips på övningar som både kan genomföras på barmark och snö.** Efter det praktiska passet kör vi teori/diskussioner där vi följer upp praktiskt pass, ledarskap och relevanta färdighetsmål för denna ålderskategori. Träffen är kostnadsfri och vänder sig till tränare, ledare och vårdnadshavare!

**Plats:** Husums skidstadion, Degersjön friluftscenter, Utås 100, 896 91 Husum.

**Tid:** Tisdag 17 november kl. 18:00 – 21:00

**Utrustning:** Träningsklädd för löpning och skidgång (medtag skidgångsstavar) – kläder efter väder

Anmälan **senast 16 november**. Gå in på följande länk:
https://members.paloma.se/Surveys/Pass/ViewSurvey.aspx?survey=7f94c081-4c15-4806-b15d-279146562e73

Vid frågor kontakta Anders Strid:
E-post: anders.strid@skidor.com
Tfn: +4670-271 44 39

*Hälsningar*
*Anders Strid*
Längdkonsulent Svenska Skidförbundet

**Svenska Skidförbundet**
**Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN**
**Telefon: +46 (0)10-708 69 00**
**Webb: www.skidor.com**

Huvudsponsor
SVENSKA SPEL