



Barmarkstrening – VGIL ski

Løping, styrke og spenst trening! Hinderløype og lek for de minste!

Dag: Torsdager

Sted: Grymyr Skole

Gruppe 1:

Alle f.o.m 4 år t.o.m 1 kl.

Tidspunkt: kl. 18:00 - 19:00 – inne.

Utstyr: Innesko (evt. turnsokker)

Gruppe 2:

Alle f.o.m 2 kl. t.o.m 4 kl.

Tidspunkt: Kl. 18:00 - 19:00 - ute

Utstyr: Joggesko, refleks vest, hodelykt, staver

Gruppe 3:

Alle f.o.m 5 kl. og eldre.

Tidspunkt: Kl. 18:00 - 19:00 - ute.

Utstyr: Joggesko, refleks vest, hodelykt, staver

Alle Grupper: Start - 13 oktober.

Velkommen også til alle foreldre som har lyst til å holde seg litt i form.

Interessert? Påmelding: leder-ski@vgil.no med navn og alder.

Med forbehold om nok antall deltakere per gruppe.

HILSEN SKIGRUPPA VGIL