

Friidrottsträning 2023

Tierps IF Friidrott
På Vegavallen i Tierp

Friidrottslek 4-6 år (födda 2017-2019) - vi hoppar, springer, kastar och leker friidrott med fokus på att ha kul tillsammans.

Tisdagar 9, 16, 23, 30 maj + 13 och 20 juni, kl. 17.45-18.30

Obs! Föranmälan krävs! Först till kvarn. Begräsning på antal deltagare är baserat på ledarantal, för att kunna möta alla barn på ett bra sätt. Vill du vara med som ledare? Hör gärna av dig!

Anmälan görs till tierpsiffriidrott@hotmail.com med barnets namn och personnummer. Vi önskar att en vuxen finns i närheten och hjälper till med t.ex. toalettbesök m.m. Ansvariga ledare: Caroline E. och Daniel.



Träningsgrupp 7-10 år (födda 2013-2016) - här är fokus på att prova på de olika friidrottsgrenarna, t.ex. höjd, längd, stavhopp och kastgrenar, blandat med hinderbanor och lekar.

Tisdagar 9, 16, 23, 30 maj + 13 och 20 juni, kl. 17.45-18.45. Ingen föranmälan krävs, bara att dyka upp! Ansvariga ledare: Maria och Anna.

Träningsgrupp 11 år och äldre (födda 2012 och tidigare) - för nybörjare såväl som redan aktiva.

Tisdagar kl. 17.30 - ca 19.00, start utomhus i maj Ansvariga ledare: Caroline J. och Per-Arne. Ingen föranmälan krävs. Information om fler träningstillfällen samt tävlingar fås på träningen.

Friidrott för vuxna - Nybörjare, aktiva och tidigare aktiva.

Tisdagar 9, 16, 23, 30 maj + 13 och 20 juni, ca kl. 18.45. Ingen föranmälan, bara att dyka upp. Ansvariga ledare: Maria och Anna.

Vi har ingen deltagaravgift för att träna friidrott, men stöd gärna klubben genom att köpa Bingolotter och anslut er till Gräsroten om ni spelar på Svenska spel.

Alla som deltar i våra aktiviteter ska vara medlem i Tierps IF, en avgift för alla sektioner: friidrott, fotboll samt skidor.

150 kr / person alt. 400kr / familj. Betalningsinfo fås på

träningen. **Kontakt:** tierpsiffriidrott@hotmail.com alt 073-9852427 (Caroline Eckemalm)

