

Hej!

Här kommer motioner till årsmötet;

-Köpa in träningsutrustning till fysträning

Det är många lag som tränar fys innan sin träningstid på planen.

Detta är något som bör uppmuntras.

För att man ska kunna göra fysträningen roligare, mer varierad och mer effektiv tycker jag att klubben ska köpa in träningsutrustning för fysträning

Denna utrustning ska alla lag i klubben kunna använda.

Förslag:

Hopprep

Mattor

Gummiband

Bollar- tunga och pilatesboll

Kettellbell

-Utnyttja lokalen som finns i hallen ovanför förråden/sargen till en fyslokal.

Detta är en helt outnyttjad lokal som våra lag skulle kunna använda som fyslokal. Lagen skulle då kunna lägga in en extra fysträning i veckan.

Idag tror jag inte lokalen får används. Man behöver ta reda på vad som behöver göras för att denna lokla ska kunna användas igen.

Hälsningar Emma

Tränare P11