

## Utrustning

*Tips på utrustning vid träning:*

Träningsstights, t-shirt, strumpor och gympaskor/trailskor.

För din säkerhet skall det vara täckt klädsel från midjan och ner, inga glipor mellan strumpor och skor/tights. Minst t-shirt upptill.

*Tävlingskläder:*

Där du representerar klubben skall klubbens dräkt användas. Klubbens tävlingsdräkter bekostar medlemmarna själva.

De som önskar köpa en sådan kontaktar Lena Lundsten 070-657 23 45.

- Vattenflaska
- Myggmedel
- *Sportident* – som ny får du låna detta av klubben
- *Kompass* – finns enkla att köpa för barn/ungdomar



*Figur 1 Sportident*

Utrustning finns att köpa via:

[www.olspecialisten.com](http://www.olspecialisten.com)

[www.smsport.se](http://www.smsport.se)

[www.letro.se](http://www.letro.se)