

Sportlovsträning 24/2-1/3

Under sportlovet (24/2-1/3) kommer ordinarie gruppträningar att ta en paus. Istället är ni varmt välkomna att vara med på sportlovstennis som vi kommer att arrangera i Racketcentret. Veckan bjuder på racketsport för alla juniorer samt vuxna aktiva i verksamheten.

Måndag 24/2: Alla yngre juniorer upp till 10 år är välkomna mellan 14.00-17.00. Det bjuds på racketsport i olika former, lek och skoj. Det bjuds även på mellanmål.

Tisdag 25/2: Alla äldre juniorer från 10 år är välkomna mellan 14.00-17.00. Det tränas racketsport i olika former, stafetter, utmaningar och skoj. Det bjuds även på mellanmål.

Onsdag 28/2: Mellan 15:00-17:00 är alla juniorer och även nyfikna föräldrar välkomna att delta i MultiSkillz. MultiSkillz är en ny och unik metod för att utveckla sin motoriska förmåga. Till skillnad från mer grenspecifik träning så är detta ett oerhört bra komplement till all idrottsutövning och för rörelse i vardagen i stort. Träningen passar och utmanar alla. Multi Skillz är kort sammanfattat allsidig rörlighet och koordinationsträning för både barn och ungdomar och ger dem en bred plattform för att utveckla sina förmågor till all rörelse och aktivitet framåt i livet. Är du nyfiken finns mer info här <https://www.multiskillz.com/EN/>

Torsdag 27/2: Alla vuxna är välkomna på tränarledd träning mellan 16.00-18.00. Möjlighet finns också att träna på ordinarie gruppträningsstider utan tränare under veckan.

Lördag 29/2: Tillsammans med Korpen bjuder vi in alla till ett prova på tillfälle för den nya racketsporten Pickleball. Drop in mellan 13:00-15:00.

