



19.10.2020

PARALANGRENN BERGEN

Invitasjon til trening og utprøving av paralangrenn på Gamlehaugen etterfulgt av samling på Idrettens hus - Brann stadion

Me startar kl 15 mandag 19. oktober 2020. Oppmøtestad vert Gamlehaugen Bergen. Treningsøkt med utprøving av kjelker. Anne Ragnhild Kroken frå NSF kjem. Etterfulgt av informasjonsmøte og sosialt med pizza på Idrettens hus med gjennomgang av gode basisøvelsar. Ta gjerne kontakt for spørsmål angående kvelden. Me håpar å sjå deg der!

**Mandag 19.
oktober
2020
kl 15.00 - 20.00**

**Påmeldingsfrist
fredag 16.oktober**

**Ta med eige utstyr
eller lån utstyr av
oss for utprøving**

**For påmelding:
Kontakt:**

bernt.rusten@skiforbundet.no

**Anne Ragnhild
Kroken frå NSF
kjem!**

**Kom og prøv ut
aktiviteten du og!
Ta gjerne med
vegleiar.**

**HORDALAND
SKIKRETS**

Pb 6143, 5892 BERGEN

**[https://www.skiforbundet.
no/hordaland/langrenn/p
arapigging/](https://www.skiforbundet.no/hordaland/langrenn/p-arapigging/)**