

Pigetræningslejr i Aars

Aars Brydeklub vil gerne byde velkommen til 3 dage med træning, Socialt samvær og et par overraskelser. Og så er det kun for piger!

Lejren er fra 11/8 Kl. 18:00 til søndag den 13/8 ca. Kl. 13:30.

Program:

Fredag

18:00 Velkomst og en sandwich.
20:00 Træning.
22:30 Godnat.

Lørdag

08:00 Morgenmad.
10:00 Træning.
12:00 Middagsmad.
15:00 Træning.
17:30 Aftensmad.
19:00 Socialt Arrangement.

Søndag

08:00 Morgenmad.
10:00 Træning.
12:00 Middagsmad og Evaluering.

Lejren afholdes i Gymnastikhallen på Aars Skole.

Adressen er: Aars Skole, Kirkegade 4, 9600 Aars.

Tilmelding kan ske på følgende mail: flemmingstuhr@hotmail.com
Sidste tilmelding søndag den 6/8-17.

Pris: 300,- for brydere.

Husk: Træningstøj, Sovepose og liggeunderlag samt rigtigt godt humør.

Vi regner med at Thor Nykøbing som aftalt tager fristilstræner med så pigerne kan udviklet deres evner i denne stilart.

Hvis der skulle være nogle spørgsmål ang. Lejren kan de sendes på mail eller ring evt. Til mig.

Med venlig hilsen

Aars Brydeklub

Flemming Johansen Stuhr

Keldgårdvej 109

9600 Aars

Mob: 2893 5347

Mail: flemmingstuhr@hotmail.com