

Fredag

18.00 Informasjon og historier om Team Norway. Ferdig ca 20.30.

Lørdag

09.00 Hjellestad Skole. Trening.
12.00 Lunsj
13.00 Teori for dagens trening på vannet.
14.00 Gjøre klart for jetski trening.
14.30 Jetski trening.
16.00 Skulle jetter og utstyr.
16.30 Evaluering av treningen på vannet.
17.00 Middag.
18.00 Oppsummering av samlingen
18.30 Avslutter.

Info

- All aktivitet vil foregå i tilknytting til klubbhuset bortsett fra fysisk økt lørdag morgen som vil være på Hjellestad skole.
- Fredag er det bare behov for eventuelt notatblokk.
- Lørdag må utøverne ha med seg treningstøy for innebruk og utstyr for jetskitrening. Husk drikkeflasker med vann!
- Fredag bør foreldrene være tilstede.
- Lørdag anbefales det at foreldrene deltar som observatører på jetskitrening og de bør være med på all teori som skal foregå i klubbhuset.

Håper å se så mange som mulig denne helga.

Mvh

Ronny Mangerud