

RANHEIM EXTRA



FOTBALLSKOLE HØSTFERIEN 2019

En overraskelse
på mandag og
tirsdag?

Uke 41

Mandag 7.okt – torsdag 10.okt

Spillere født 2006 – 2010



TEMA: 1.angriper og 2.angriper
AKTIVITET: Basis ballferdighet, valg og utførelse i spill
TRENERE: Rekruttspillere og deres trenere

PROGRAM HVER DAG:

08.30 – 09.00 Klubbhuset åpent med tilsyn
09.00 – 09.30 Oppstart i Klubbhuset før 1.økt
09.30 – 11.00 Treningsøkt 1
11.00 – 12.00 Lunsj og avslapping
12.00 – 12.30 Oppstart i Klubbhuset før 2.økt
12.30 – 14.00 Treningsøkt 2
14.00 – 14.15 Avslutning
14.15 – 15.00 Klubbhuset åpent med tilsyn

INKLUDERT:

- Lunsj og frukt hver dag
- T-skjorte og drikkeflaske

TILTAKSLEDER:

Joakim Wanderås
930 88 199

SPORTSKOORDINATOR:

Anders Tanem
anders.tanem@ril.no

Pris: 1250,-

PÅMELDING HER:

SUPERIN**VITE**

SpareBank 
SMN

sofa 
kampen


UMBRO