



Motions Camp Uge 42 - 2017



Vi vil i uge 42 gerne invitere 30 motionister til en 3 dags træningslejr. Dagene er mandag, torsdag og fredag, hvor der er booket istid til om aftenen.

Der vil blive lagt ud med noget teori, efterfulgt af træning på is med en træner, plus hjælp fra nogle elitespillere.

Prisen for deltagelse er 550 kroner

Vi kører efter "først til mølle" princippet, så hvis man vil deltage, gælder det om at være hurtigt ude. Det bliver en dag hvor man kan få en dybere indsigt i ishockeyens verden hvad angår teori og træningsøvelser, ud over det, forhåbentlig også en dag med sjov, latter og ømme muskler. Og hvor man får udfordret hinanden i viden, styrke og teknik, og får skabt et bedre sammenhold.

Mandag:	Kl. 21.15 – 22.30
Torsdag:	Kl. 21.00 – 22.30
Fredag:	Kl. 19.00 – 20.45