

Til klubber og utøvere



Treningsamling for juniorer i Bjerkvik 29. april 2012

Vi inviterer til en felles treningssamling i Bjerkvikhallen søndag 29. april klokken 12:00. Treningen er åpen for alle unge motorsportutøvere som ønsker å komme og trene, og det er gratis å delta.

Dette er et opplegg som Norges Bilsportforbund har kjørt i flere år sørpå, og hatt stor suksess med. Holm Jacob Matheson og Fredrik Brenna Lund kommer denne søndagen nordover for å trene sammen med oss, og for å fortelle litt om både trening, NBFs talentutvikling og bilkjøring.

Program:

12:00-13:30 Fysisk treningsøkt del en, ledet av Fredrik Brenna-Lund
13:45-15:45 Lunsj og foredrag
16:00-17:30 Fysisk treningsøkt del to, ledet av Fredrik Brenna-Lund
17:30-18:00 Avslutning

Vi håper mange stiller opp, for de av dere som ikke kjenner til enten en eller begge de som kommer sørfra, så vil et søk på Google kjapt forklare at de ikke er noen hvem som helst. Men kjapt oppsummert:

Holm Jacob Matheson: Leder Norges Bilsportforbunds Talentutvikling, og er en særdeles merittert fører, har frem til nå kjørt 422 billøp, og vunnet 146 av disse. Kjørte sitt første billøp i 1973, og konkurrerer i dag i en Ford Escort BDA som han har kjørt løp med siden 1983!

Fredrik Brenna Lund: Spesialist på basistrening, ansatt på Norges Toppidrettsgymnas (NTG). VELDIG entusiastisk og sprudlende person som blant annet har trent veldig mange gode idrettsutøvere opp i gjennom årene.

Påmeldingsfristen er 15. april! Påmelding er bindende, og sendes til Unn Dalseth på mail: undalse@online.no

Om du har spørsmål er det bare å ta kontakt med enten Unn (957 74 689) eller Stian (916 66 916).

Vi ser frem til å treffe mange av de unge bilsportutøverene som holder til i området.

Med vennlig hilsen

Unn Dalseth
Stian Blindheim
Distriktskontakter Talentutvikling region nord
Norges Bilsportforbund