

Behöver du mer kunskap om

TRÄNINGSLÄRA

Kom till Stenshults Klubblokal, lördagen den 26/5

kl. 12-14.

Där håller Johnny Drottz (Fys.tränare, Kropps Herr,
FC Thn, U-a Elitidr. Gymn.)

en föreläsning gällande:

Kontroll och balansövningar

Basövningar

Går igenom träningsprogram.

KOSTNADSFRETT!!

