



friddrott från Ljungskile



Varmt välkommen till Hälle IF:s motionsfriddrott!

I september 2020 startade Hälle IF motionsfriddrott för vuxna i Ljungskile med fokus på motionärer som ville träna och röra på sig och som var nyfikna på friddrott med fokus på löpning. Under våren fortsätter nu träningen för gruppen som har platser kvar.

När: Måndagar 18:00 – 19:00

Plats: Samling vid Ljungskileskolan, omklädning finns

Kostnad: Medlemsavgift 450kr per år + 500kr i träningsavgift per termin. I detta ingår en ledarledd träning i veckan, gästtränare med specialkompetens vid ett antal tillfällen, 2-3 träningstillfällen i Rimnershallen Uddevalla och startplats i Ljungskileslingan 2021.

Observera att friskvårdsbidraget kan användas till detta.

Ansvarig ledare: Tåve Jernmark – 0738 269118 eller tave@filma.nu

Anmälan till: Tåve på mail