



Friidrott för vuxna

fredagar kl 18.30

Vill du bli smidigare, starkare, uthålligare och testa på friidrottens olika grenar är du varmt välkommen till ÅSK:s nya vuxengrupp

Tanken med gruppen är att de som vill ska få bra och varierad träning samtidigt som man får vara med i friidrottens underbara värld

Att utöva arenafriidrott är ett bra komplement till dig som gillar att träna. Det passar även dig som vill utmana dig själv genom att lära dig friidrottsgrenarna och mäta dina egna prestationer

Träningen passar alla åldrar och anpassas till individens förmåga och ingår i Stockholms Friidrottsförbunds satsning på veteraner. Vi börjar försiktigt så tveka inte att komma och testa oavsett din ålder. Friidrott passar alla!

Samling på Österåkers Friidrottsarena fredagen den 30 augusti kl 18.30

Avgifter: medlemskap 300 kr och träningsavgift 600kr
Provträning 2 tillfällen innan medlemskap behöver tecknas

Varmt välkomna!

