

Ski/friidrettstrening i kveld

25.08.2010

Trass i litt regn i lufta blir det trening som vanleg i dag på Heio klokka 18.

På programmet i dag står spenst/ trening på forsering av hekk, lengde med tilløp, test i terrengløypa og stafett.

Vi tar på oss gode og rette klede, så får vi ei fin økt denne onsdagen og!

Ski/friidrettsgruppa i UIL