



Tysdag er det nytt treningstilbud, og søndag er første løp i terrenløpskarusellen. Bildet er frå 2014.

Skisesongen er nettopp ferdig, men det betyr ikkje treningsstopp i ski- og friidrettsgruppa. Tysdag er dei i gang med eit nytt treningstilbud, og komande søndag går det første av fem løp i terrenløpskarusellen. Tilbodet som startar tirsdag kl.19, har fram møte ved Aktivitetshuset, og alle som er 5.klassingar eller eldre kan vera med.

Dei kjem til å køyra jogge-/gåturar og alle moglege, og umoglege, former for intervallar. På treningane vil alle vera velkomne. Det gjeld både dei som ikkje har vore med på treningane før, og dei som trenar målretta mot mål som t.d. terrenløpskarusellen, Solfjelløpet, Bergen City maraton eller New York maraton.

Det er tenkt at her kan både born og foreldre gå på den same treninga. Det er heile 4 trenarar som kan hjelpe deg med å finna rett tempo. Derfor er det på tide å kosta støvet av joggeskoa, også for dei som ikkje alt har gjort det.

Dette er et flott tilbud for heile familien, og trenarane håpar å sjå mange ved Aktivitetshuset på tysdagar kl. 19!

Vi minner og om at terrenløpskarusellen startar i Herøysundet førstkommande søndag, og påmeldinga er alt i gang. [De kan lesa meir om det her.](#)

Tekst, foto og nett: Thor Inge Døssland