

## Strindheim J-98 Ressurstrening høst-2011

Da har vi den glede av å invitere alle jentene i Strindheim fotball og håndball til felles ressurstrening onsdager fra og med uke 39, dvs onsdag 28. september. Treningene starter kl 18.00 og varer til ca 19.15. Treningene vil ha fokus på kondisjon og styrke. Hovedansvarlig for treningene er Vebjørn Rodal, pappa til Maren (fotball og håndball) og Vilde (fotball). Back-up trener i Vebjørn sitt fravær er Kristian Steinnes, pappa til Anna (fotball).

Treningene vil i hovedsak foregå ute ved Leangenhallen / Estenstadmarka eller inne i Leangenhallen. Jentene må være kledd for utetrening.

Treningsoversikt ut oktober 2011 ser slik ut:

Dato	Ansvarlig trener	Oppmøte
28. september	Kristian	Parkering Lohove barnehage
5. oktober	Kristian	Parkering Lohove barnehage
12. oktober	Vebjørn	Leangenhallen
19. oktober	Vebjørn	Leangenhallen
26. oktober	Vebjørn	Leangenhallen
2. nov	Ikke bekreftet	
9. nov	Ikke bekreftet	

Kontaktpersoner:

Vebjørn Rodal: mob: 416 64 333

epost: [vebjorn.rodal@telenor.com](mailto:vebjorn.rodal@telenor.com)

Kristian Steinnes: mob:

epost: [Kristian.steinnes@ntnu.no](mailto:Kristian.steinnes@ntnu.no)

Sigrun K Sæther: mob: 920 47 825

epost: [sigrun.saether@merck.com](mailto:sigrun.saether@merck.com)

Håndball jenter melder fravær til trenere.