



TRENINGSTILBUD VINTEREN 2017



NJÅRD ALPIN

FUN COMES FIRST!

NJÅRD ALPIN

Njård Alpin er en inkluderende klubb, med mål om å drive mestringsorientert og lystbetont aktivitet for alpinister i alle aldre og på alle nivå.

Vår filosofi er at morsom trening og lek med høy kvalitet, skaper innsats og motivasjon. Vi ønsker å tilrettelegge for at hver enkelt kan nå sine mål. Derfor har vi et treningstilbud til alle. Uansett ambisjoner og nivå, sier vi: Fun comes first!

I Njård ser vi på alpint som en lagsport. Vi har fokus på å skape et godt miljø, hvor vennskap utvikles og samarbeid og lagånd står i sentrum

Synes du dette virker spennende? Da er vi klubben for deg 😊





BARN 6-12 ÅR

Allsidig trening der mestring og positive opplevelser vektlegges, gjennom morsom aktivitet som stimulerer grunnleggende skiferdigheter. Barna vil gjennomgå et mangfold av aktiviteter, øvelser og utfordringer, både på frikjøring og i løype. Målet er å skape skiglede og varig interesse for skikjøring. Barna blir delt inn i grupper etter alder, nivå og venner.

TID & STED

Uke 1-14 (ingen trening i vinterferien)

TIRSDAG 17.30-19.30

ONSDAG 17.30-19.30

TORSDAG 17.30-19.30

Oppmøte på Tryvann, toppen av Tårnbakken

PRIS

1 x PR UKE 2600,-

2 x PR UKE 3700,-

3 x PR UKE 4500,-

KONTAKT

kasper@njaard.no / 93034366

christian@njaard.no / 41316969

UNGDOM 13-18 ÅR

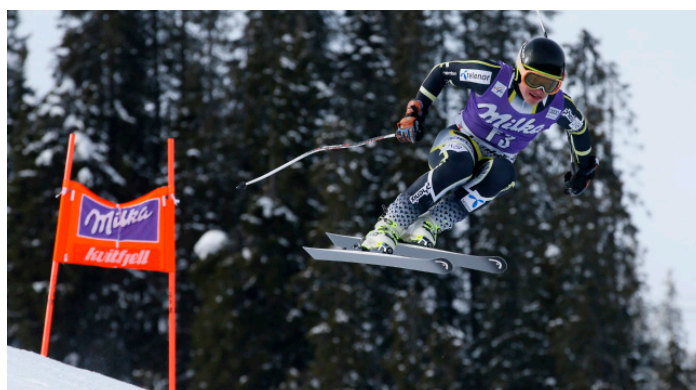
RACING

Racing gruppen består av løpere født 2001-2004. Gruppen trener 4-5 ganger pr uke og deltar på samlinger og renn i helger. Løperne har også barmarkstrening i perioden mai-desember.

Vi tilbyr også trening for ungdom i denne alderen som ikke har stått så mye på ski.

U18 AKTIV

En gruppe for aktive løpere i videregående alder, som ønsker å stå på ski og trene 2-3 dager pr uke, samt mulighet til å delta på samlinger. Primært skitrening, men også barmark.



VETERAN

Trening for tidligere aktive og voksne entusiaster som ønsker å trene og kjøre løype (primært SSL) for å vedlikeholde/videreutvikle sine skiferdigheter.

VARIGHET: Uke 1-14 (ikke trening i vinterferien)
ONSDAGER 19.00-21.00 Kurset inkluderer også deltagelse i klubbmesterskapet.



Meld deg på vinterens trening!
Påmelding til alle kurs & treninger på
njaard.no



Ta kontakt med oss hvis du lurer på noe

kasper@njaard.no / 93034366

christian@njaard.no / 41316969

Vi gleder oss til å se deg i bakken!