



Eksjö SOK inbjuder till

# Träningskväll

## för Höglandszonen

### torsdag 15 november

- Träningsupplägg** Barmarksträning i form av stationsövningar utmed en löpslinga, stafetter och diverse andra aktiviteter.
- Kvällsfika** Efter avslutad träning bjuds det på kvällsfika i Skidstugan.
- Deltagande** Alla ungdomar i Höglandszonen är välkomna.
- Samling** Klockan 18.00 vid Skidstugan, ombytta och klara för träning.
- Anmälan** Anmäl ålder, namn samt klubb till [katarina.abrahamsson@hotmail.com](mailto:katarina.abrahamsson@hotmail.com) senast onsdag 14 november.
- Duschköjlighet** Finns i Skidstugans omklädningsrum.
- Frågor** Anders Abrahamsson, 070-2504251

**Välkomna!**