

Hej!

Helgen 14-15/4 tänker vi ha ett träningsläger på hemmaplan (Årsta IP) och där skulle vi vilja ha hjälp av några föräldrar att fixa med lunch och frukost.

Om man har möjlighet att hjälpa till med detta så hör av er till mig så fort som möjligt.

Nedan ser ni ett preliminärt schema för helgen. Finns även upplagt under mer/dokument på hemsidan.

Det kommer bli en hel del träning, men framför allt tid för tjejerna att umgås med varandra.

Lördag

- Träning Årstaparken 09.45-11.30 (löpning, styrka och boll om det går).
- Lunch i klubbhuset 12-13.
- Promenad cirka 45 min.
- Lagmöte klubbhuset 14-15 (sätta upp mål för säsongen m.m).
- Kolla på herrlagets hemmapremiär, hänga med varandra och äta mellis (köpa eget eller ta med).
- Träning konstgräs 16.45-18.30

Söndag

- Frukost klubbhuset 09.00
- Transport till Stenhagens IP 10.00
- Match mot Gusk 11.15-13.00.

Mvh

Micke Ejdersund

Lagledare Dam J

073-5805180