BENDIT_Logo_2011_pos_CMYK 

**Bendit-samling i Søndre Land 21.august.**

Fredag 21.august inviterer vi til samling i Søndre Land. Samlingen er primært for 13- og 14-åringer (født 2001 og 2002), men er også åpen for 12-åringer (født 2003).

Vi skal trene på ulike øvelser innen sprint, hopp og kast. Er det noen som vil prøve seg på kappgang er det muligheter for det også..

Samlingen varer fra Kl. 18.00-19.30

Kl. 20.00 - 21.00: Stevne m/lengde, tresteg, høyde, kule og 60 meter. Stevnet er også åpent for eldre deltakere.

Samlingen er gratis!!

**Påmelding til** [s-mosh@online.no](mailto:s-mosh@online.no)  **innen 20. august.**

Navn: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Klubb: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Født: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Spørsmål? Kontakt Sæmund Moshagen. E-post: [s-mosh@online.no](mailto:s-mosh@online.no)