



Härlövs IF:s Träningsakademi

Inbjuder till föreläsning om att **Förebygga skador**

När? 10 november, 18:30 – 21:00

Plats? Bockatorpet

Anmälan: Senast 8 november, till Niklas Nilsson,
niklas.nilsson@harlovsif.se eller 0706-67 07 24.

Kostnad: Gratis för medlemmar i Härlövs IF och anmälda deltagare
till Kristianstad Trail, 100 kr för övriga.

Fika: Under föreläsningen. 20 kr för vuxna, 10 kr för ungdomar.

Föreläsare: Anna Ohlsson, sjukgymnast och föreläsare Skåneidrotten.

Träning: Start 17:30 för kortare löpträning (snabbt ombyte efter).
De som vill springa längre kan om möjligt börja 17:00.

Hemsida: www.harlovsif.se

Facebook: www.facebook.com/harlovsif

Välkommen!

Fler föreläsningar är på gång under vintern!