



Norges bryteforbund
Serviceboks 1, Ullevål stadion
0840 Oslo NORGE

Innkalling til:
Samling Prosjekt Robust
1.mars-2.mars

**Fristil damer
U20**

Sted:	Oslo
Kategori:	U20
Dato:	1.mars-2.mars
Svar- og betalingsfrist:	17.02.25
Egenandel:	Kr. 800,-
Påmelding:	Betaling av egenandel til VIPPS 799557 eller konto: 1813.43.48158. Merk med «NAVN» og «Prosjekt Robust mars 25»

Følgende er tatt ut:

	Navn:	Klubb:
U20	Felicitas Domajeva Melina Samsonsen Mirijam Hansen Ida Mykle Daniella Beky	Oslo BK Stavanger BK Lambertseter BK SP09 Skedsmo BK
Trenere/ledere	Lisa Schei Blikeng og Lars Haslestad	

Diverse info:	Ta med: <ul style="list-style-type: none"> - Landslagstøy - Treningstøy til inne og utetrening - Joggesko til inne og utendørs bruk Overnatting: Vi skal bo på OLT fra lørdag til søndag. Dersom noen har behov er det mulighet for å kunne overnatte på OLT fra fredag til lørdag også. Program: <ul style="list-style-type: none"> - Samlingens hovedtema er idrettspsykologi / mentale strategier med Christian Ytterbøl - I tillegg vil det bli gjennomført fysisk trening og gjennomgang av styrkeprogram med Lars Rune.
Oppmøte/ Retur	Oppmøte: Lørdag kl.10.00 Olympiatoppen Sognsvann Avreise: Siste trening er ferdig søndag kl. 15.00

Kontakt:

Navn:	Telefon:	Mail:
Lisa Blikeng Sofia Aak Erling Strand	+47 41 65 86 61 +47 95 16 35 37 +47 48 14 55 33	lisablikeng@live.no Sofia.aak@hotmail.no erling.strand@nif.idrett.no