

Nyhetsbrev oktober 2012

Kom ihåg våra Vasaloppsläger & Klassiska Teknikkurser!

Ett av våra Vasaloppsläger är nästan fulltecknat! Passa på att boka om ni vill ha en plats. Vi har även fått in en del anmälningar till våra Klassiska Teknikkurser (Nybörjar & Fortsättning). Här finns fortfarande chansen att vinna en plats till en av dessa kurser. Se mer längre ned i nyhetsbrevet.



**VASALOPPSLÄGER &
KLASSISKA TEKNIKKURSER**

VASALOPPSLÄGER 2013

Vi erbjuder er två läger år 2013 med möjlighet till boende på natursköna **Hotell Södra Berget** i Sundsvall.

Alla kan delta i våra Vasaloppsläger där du utifrån din individuella utgångspunkt får hjälp av oss!

Skratt & Glädje 15 % rabatt på konditionstest

Svett & Plågan Klassisk längdskidåkning

Vallagenomgång Tips & Råd **Läger** Goodiebag

20 % rabatt på Team Sportia Filmning & Analysering

Skidteknik Träningslära & Skidvård

Kort information om våra Vasaloppsläger:

Var/När: Sundsvall, Södra Berget, 11-13 januari samt 8-10 februari.

Kostnad: Helpension 3295 kr (kurs, mat & boende på Hotell Södra berget).
Halvpension 2395 kr (kurs & mat på Hotell Södra Berget).

Anmälan: Senast 15 dec 2012 till info@testochtraningskliniken.se. Ange namn, mailadress, tele-nr och vilket Vasaloppsläger (januari eller februari) ni önskar vid anmälan. Obs. Begränsat antal platser.

Program & info: Se på vår hemsida www.testochtraningskliniken.se/vasaloppslager

KLASSISKA TEKNIKKURSER 2013

I vinter återupptar vi fjolårets succé med kurser i klassisk längdskidåkning på Södra Berget i Sundsvall! Det kommer att finnas en kurs som passar dig oavsett nivå.

Vid 5 tillfällen på vardagskvällar under januari och februari månad 2013 erbjuder vi en nybörjarkurs och en fortsättningskurs. Vi tränar på diagonalåkning, stakning och stakning med frångjut samt kör övningar med och utan stavar. I fortsättningskursen lägger vi även till vid de sista kurstillfällena in mer fartinslag där du får öva på din teknik i högre hastigheter samt öva på lite andra typer av övningar.

Kort information om våra Klassiska Teknikkurser:

Var/När: Sundsvall, Södra Berget. Under januari och februari månad.

Kostnad: 1500 sek/person.

Anmälan: Senast 17 dec 2012 till info@testochtraningskliniken.se. Ange namn, mailadress, tele-nr och vilken Kurs (Nybörjar eller Fortsättning) ni önskar vid anmälan. Obs. Begränsat antal platser per kurs.

Program & info: Se på vår hemsida www.testochtraningskliniken.se/kurser

Fortfarande finns chansen!

GILLA & DELA OSS PÅ FACEBOOK & VINN EN PLATS till en teknikkurs (5 vardagskvällar). Se mer på: www.facebook.se/testochtraningskliniken

Trevlig höst önskar vi på Sundsvalls Test och Träningsklinik!



* Om du inte önskar få vårt nyhetsbrev, skicka oss ett mail till info@testochtraningskliniken.se.