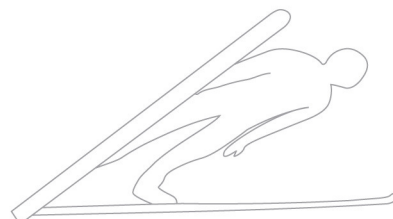


Vil du lære å fly?

TAKE OFF

09

 **NORGES
SKIFORBUND**



Torsdag 29. oktober kl. 18.15 kan du få din egen flyinstruktør fra landslagene i hopp!

Tid: 29.10.09 kl. 1815

Sted: Røykenhopp i Elopak's lokaler på Spikkestad

På Take Off 09 kan du lære å bli en bedre flyver av en hopper på toppnivå. Anette Sagen kommer til Røykenhopp for å svare på spørsmål samt ta en treningsøkt med hopprekruddene.

Få inspirasjon til å trene bra gjennom hele sesongen, og lær hvordan de beste gjør det.

Ta med alle hoppinteresserte du kjenner få med deg blant annet:

- Hopp trening med en utøver fra et av hopplandslagene til Skiforbundet. (Anette Sagen)
- Alle hopperne får utdelt årets kule Hoppbuff
- Informasjon om hoppporten til foreldre
- Hva skal til for å bli en god skihopper?