

## **SMØRE OG KUNNSKAPSTRAILERN KOMMER 12.09.11.**

Skiforbundets gullturne med trailerbesøk kommer til Støren ( Gauldal skole og kultursenter ) mandag 12. september.

Idrettslagene i området inviteres på ettermiddagen

Fra Skiforbundet stiller: Utøvere: Marit Bjørgen og Kristian Tettli Rennemo

Trener: Roar Hjelmeset

Smørere: Perry Ohlson og Snorre Haugland

Ernæringsfysiolog: Kristina Steinset

Program: kl. 1700-1740: Ernæringsforedrag ved Kristina Steinset

Kl. 1745-1830: Motivasjonsforedrag ved trener og utøvere

Kl. 1835-1850: Info toppidrett GVS ved rektor og faglærer

**DETTE ER ÅPENT FOR ALLE SAMMEN**

**TRAILEREN ER ÅPEN I HELE PERIODEN FRA 15.00**

Kl. 19.00: Treningsgrupper og smøretips/kurs

Kl. 19.00: 11-14 år Kl. 20.00: 14 år og oppover. Landslaget leder treningene som er barmarkstrening i nærområdet ( ikke rulleski )

**Til treningene ønskes påmelding til Jan Gisle Granmo før mandag kl.18.00.**

**Tlf: 97093543 Mail: [jan.gisle.granmo@stfk.no](mailto:jan.gisle.granmo@stfk.no)**

Kantina på GSK er åpen, og serverer varmmat

Hilsen Rognes IL og GSK