Treninger discgolf – Trondheim Frisbeeklubb

Hvordan er treninger organisert:

Tidspunkt: hver onsdag, fra klokken 19:00 - 22:00.

Sted: Koteng Arena, på Lade (banen for rugby og amerikansk fotball)

Du finner banen her: https://maps.app.goo.gl/5ivqoBXYZvh79nBCA

Parkering kan normalt gjøres ved Koteng Arena.

Ta med deg de frisbeene du har, eventuelt så kan du ta kontakt med trener for å låne.

Treningene er normalt organisert slik:

1. Oppvarming.
2. Trening rundt et forhåndsbestemt tema (øvelser og repetisjon)
3. Frikasting

Trenerne vil bistå med både informasjon og kunnskap. Trenerne har også teknisk utstyr for å kunne ta video av de som ønsker dette, og vil hjelpe til med å evaluere og forbedre teknikk.

Hvis man ikke ønsker å delta på den organiserte treningen, så er det også lov til å benytte hele treningen til frikasting.

Hvem er treningene for:

Treningene er åpne for alle medlemmer av Trondheim Frisbeeklubb.

Hvordan melde seg på:

Det er ingen påmelding på forhånd, og det er bare å møte opp.

Kostnad for å delta:

Det koster ikke noe å delta på treningene.
Det koster kun kr. 550,- per år å være medlem i Trondheim Frisbeeklubb, så kanskje du like så godt bli medlem?