



# Majorstuen HALLEN

HÅNDBALLGRUPPEN I Monolitten IL

**Ønsker velkommen**



Fra og med uke 10,

**GRATIS TRENING**

Frem til sommeren

Lørdager 12.00-15.00, for 10-13 år,  
For deg som har lyst å prøve håndball

Tirsdager 16.00-18.00 for 6-9 år  
For deg som har lyst å prøve håndball

**PÅMELDING; WWW.MONOLITTENIL.NO**



**ALDER  
6 TIL 13 ÅR,  
JENTER  
OG  
GUTTER**

## **AKTIVITETER**

Lek, stafetter, tøy og bøy, ulike treningsøvelser, mestring med ball, ball som regel involvert, det handler om håndball.

Innføring i håndball for uøvede, men vi gjør mye forskjellig på treningene

Det viktige er å ha det gøy

**Vi gleder oss!**

\*\*\*\*\*

## **INFORMASJON**

Informasjon blir sendt ut når det nærmer seg til de som har meldt seg på

Ta kontakt om det er noe du lurer på  
post@monolittenil.no

Velkommen!