

Fana IL friidrett satser på stavhopp!

Eirik Dolves Stavskole

Stavhopp er en friidrettsøvelse hvor hurtighet, teknikk og styrke må spille på lag for at utøveren skal ha suksess – en utfordring som gir enorm tilfredsstillelse å mestre.

Fana IL har utøvere på øverste nasjonale nivå i begge klasser – og vårt trener team er rigget for å gi de beste forutsetningene for å lykkes – vi starter Eirik Dolves stavskole!

Vi har delt inn gruppene våre i 3: en introduksjonsgruppe hvor alle som ønsker er velkommen til en myk innføring til stavhopping. 2 treninger i uken, enten som et supplement til annen trening eller som den eneste. Her fokuseres det på de grunnleggende øvelsene for stavhopp og alle får kyndig veiledning fra våre trenere.

Hovedmotoren i våre stavtreninger er treningene med Eirik Dolve; her er utøverene på et litt høyere nivå, passer for deg som liker stavhopp og har lyst å utvikle ferdighetene til et høyere nivå, også her er det to rene stavtreninger i uken med fokus på videreutvikling av basiskunnskapene med mål om rask økning av ferdigheter og resultater. I tillegg har vi elitegruppen hvor våre beste utøvere trener.

Nivå 1:

Trener:

Mathias Herdlevær

Treningstid:

Tirsdag: 1830 – 2030

Søndag: 1830 -2030

Pris: 800 pr ½ år

(+ evt. treningsavgift til
Fana IL)

10 – 15 år

Nivå 2:

Trener:

Eirik Dolve

Treningstid:

Tirsdag: 1700 – 1900

Søndag: 1700 -1900

Pris: 800 pr ½ år

(+ evt. treningsavgift til
Fana IL)

12 – 18 år

Nivå Elite:

Trener:

Bjørn Åge Herdlevær

Alle treningene er i Høiehallen på Fana Stadion, kom gjerne innom på en trening for å snakke med oss og prøve litt før du bestemmer deg om du vil være med.

Hvis du lurer på noe, send en melding til: <avdelingsleder.friidrett@fanail.no>, men det beste er bare å møte opp en tirsdag eller søndag.