

TIANNA BARTOLETTA



SEGRARE VM LÄNGD 2005 o 2015, OS LÄNGD 2016, OS 4x100M 2012 OCH 2016, PB 100M 10.78 - LÄNGD 7.17M

Världssungdomsspelen 2019 gästas av en av friidrottshistoriens allra främsta kvinnliga längdhoppare, **TIANNA BARTOLETTA**. Regerande Olympiamästare efter segern i Rio (7.17m) och tvåfaldig VM-segrare. Nu bjuder vi in till två stycken seminarier med henne i samband med VU-spelen.

Torsdag kl 17.00 inne på Ullevi Tiannas Long Jump Clinic ca 75 min

Flickor 15-19 år inbjuds till ett längdpass under Bartolettas ledning. Efter gemensam uppvärmning leder hon ett pass med inriktning på teknik o hopp skolning. Inga hårda övningar med tanke på helgens tävlande. Samling vid längdgropen inne på Ullevi ca 16.45.
Antalet deltagare begränsat till 25 stycken, "först till kvarn" är det som gäller.

Fredag kl 18.00 Presscenter Ullevi Tiannas Crash Course 90-120 min

Vi bjuder in intresserade tränare till ett seminarium om vad som krävs för att nå toppen i längdhopp. Föreläsningen är bred och innehåller avsnitt om målsättning – kost – planering – specifik träning. En riktigt spännande inblick i vad som ligger bakom hennes storartade karriär. Presscenter ligger under läktaren på bortre långsidan, bredvid nummerlappsutdelningen.
Antalet deltagare begränsat till 40 stycken, "först till kvarn" gäller även här.

Kostnad: Torsdag Long Jump Clinic 200:-, Fredag Tiannas Crash Course 300:-

Vi fakturerar klubbarna samtidigt med anmälningsavgifterna.

Anmälan: per.crona@ois.se , **Frågor:** Per Crona 070-6151487



VÄLKOMNA!

ALLA LÄNGDENTUSIASTER

