

# Vill du träna triathlon som Lisa Nordén?

I skolan har du kanske fått ett smakprov på vår sport triathlon i projektet Tri4Fun? Det skulle vara jättekul om du ville komma och testa på att träna triathlon med oss i SK Elfsborg.

Vi har barn- och ungdomsträning två gånger i veckan tisdagar och torsdagar. Under höst och vinter tränar vi i Borås Simarena, då blir det löpning och simning (cykelträningen tar vi ett uppehåll från under höst/vinter). Vi brukar springa utomhus först och sedan gå in i simhallen. Vi rör på oss genom träning men kör också lekar och stafetter och framförallt har vi kul tillsammans. Man behöver inte ha tränat löpning, simning eller cykel tidigare.

Torsdag den 27 september får ni chans att testa vår idrott under trevliga förhållanden och träffa klubbens ungdomar.

**När:** Torsdagar mellan 18.00-19.20  
**Var:** Borås Simarena  
**Ta med:** Kom i träningskläder att springa ute i. Ta med badkläder. Vattenflaska och en frukt är också bra att packa ner.

Klubbens tränare för ungdomstriathlon är Leif Claesson, Lena Broberg och Joachim Arbin.

Kika gärna på [www.tri4fun.se](http://www.tri4fun.se) där du kan läsa mer och se bilder från triathlon i skolan. Där finns också mer information om träningstider och så vidare.

Varmt välkomna till vår idrott!

Vänliga hälsningar

Tränarna SK Elfsborg och Kajsa Andersson, Tri4Fun

Hör gärna av er om ni har frågor eller vill veta mer  
Leif Claesson [leif.claesson@vregion.se](mailto:leif.claesson@vregion.se) 0704-05 35 17, 033-15 83 73

