

Välkommen på träningsdag med Umeå Draghundsklubb 19 augusti kl. 9-16

Kostnadsfritt för klubbens medlemmar, 150 kr för ej medlem.

Datum 19 augusti

Plats Nydala motionsspår.

Kl. 9 Inleder vi med mötesträning/omkörningsträning med hundarna i koppel eller sele. Därefter kör vi cykel/kickbike eller canicross om temperaturen tillåter. Temperaturgräns 15 grader.
OBS! Hunden rastad och förare ombytt och redo!

Påfyllning av energi och dryck, var och en har med sig eget efter behov.

Ca kl 11.00 -12.00 Gemensamt löppass med backträning- älgglufs i backe. Ta med stavar!
Gemensam Stretch efteråt.

Bad i Nydalasjön vid bra väder.

13.00 -14.00 Lunch. Var och en står för egen lunch, intas på restaurang Maria i Mariehems centrum.

Ca 14.30 Rullskidor eller cykelpass. Vi utgår från parkeringen vid Nydala spårcentral. 1h inkl upp och nedvarvning.

Varje pass kommer att ha ansvariga som leder träningen och kan ge tips och trix.
Klubben bjuder på eftermiddagsfika efter träningens slut.

Anmälan till christin@umeadraghund.se senast den 16 aug.

Välkomna!
Umeå Draghundsklubb