



«Fast and Female!»

Hemingbanen fredag 7. mars kl 15:30

Astrid Uhrenholdt Jacobsen og Heming IL inviterer til "Fast & Female"-event på Heming for alle jenter i alderen 9-19 år (født 2005-1995)!

Det blir en innholdsrik ettermiddag med aktiviteter, inspirerende foredrag fra skistjernene og mer. Astrid tar med seg flere fra den kvinnelige langrennseliten, og håper at du også kommer!

Oppmøte er kl. 15.30 i Heminghallen og varer til 17.30.

Tilbudet er gratis! Du trenger IKKE være medlem av Heming eller drive med langrenn!
Møt i komfortable klær og med godt humør :-)

"Fast & Female" er en organisasjon startet av den canadiske skiløperen Chandra Crawford med formål å oppmuntre jenter i alderen 9-19 år til utvikling gjennom idrett og en sunn, aktiv livsstil. Det som en gang startet som et lite initiativ og en stor drøm har utviklet seg til en organisasjon som i dag står bak event ledet av idrettsstjerner og rollemodeller, med mål om å inspirere jenter til å få selvtilliten og lederskapet de trenger til å nå sitt fulle potensial i både idretten og livet.

Les mer på www.fastandfemale.com

Mer info og påmelding på www.heming.no!

Velkommen!