



Alvdal Idrettslag, skigruppa og Alvdal Turforening inviterer til:

Bedre glid og feste.

Torsdag 29. januar 2009 kl. 19.00. Sølslottet.

Instruktør/fagmann: Jan Erik Bjørn – Alvdal/Tynset Sport.

Opplegg: Vi går igjennom hvordan en bør håndtere sine ski for å få maksimalt ut av turen. Det legges vekt både på glid fasen samt festesmørning.

Kvelden passer for alle - vanlige turgåere til rasere.

Varighet: 1 god time inkludert kaffesalg.

Gratis inngang men vi håper på godt kaffesalg slik at vi dekker husleien.

Velkommen og god tur på bedre ski!

Alvdal Idrettslag

Alvdal Turforening