

TEAM

VELUX

isola Leca

Invitasjon

SPORTSLIG FAGTREFF

DATO: Torsdag 8. oktober 2009

TID: kl 0800 - 1300 og 2015 - 2130

STED: Godesetdalen 10

PROGRAM:

0800 Frokost - AXA frokostblanding + kaffe og mineralvann

0830 Løsninger og konsepter fra maxit
v/Magne

0900 Nyheter fra Velux
v/Marton

0930 10 min. pause

0940 Isola Klimasystem - tette og fuktsikre bygg
v/ Øyvind Lerøen

1010 5 min. pause

1015 - 1130

- Hvordan komme i bedre form?
- Treningsmetoder, pulssoner, langkjøring, intervaller, oppkjøring til neste sesong.
- Puls klokke som et effektivt verktøy.

Foredragsholdere:

Åge Skinstad Langrennsjef Norge

Arild Tveiten Polar Norge

1130 - 1300 Lunsj og sosialt samvær

2015 - 2130 Spinning på Elixia Forus

Påmelding til: Magne.iversen@maxit.no innen fredag 02.10.09

