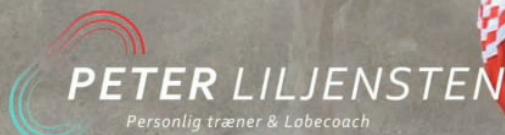


KOM
MED TIL
FOREDRAG



Kom med til **Foredrag** med Løbecoach Peter Liljensten

– kickstart din hurtighed på banen og bliv den bedste

Som hovedsponsor for Brøndbyernes IF vil vi gerne invitere trænere og holdledere til et spændende og aktivt foredrag med Løbecoach Peter Liljensten.

Mød Peter Liljensten som har mere end 15 års erfaring fra atletik verden og træning af 25 elitefodbold-spiller igennem 4,5 år. Peter går i dybden og forklarer jer, hvordan man kan udvikle sin hurtighed på 5 og 30 meter.

- Hvad skal der til for, at blive den nye Ronaldo og Bolt?
- 9 fokusområder til, hvordan du bygger en bedre løbestil op.
- Hvordan bliver du hurtig på 5 meter og hvorfor det er vigtigt, at træne 30 minutter
- Talentudvikling
- Mental træning også når man kun er 10 år
- Hvor meget kan man rykke sig på 3 måneders effektivt træning 3 gange om ugen.

Tid & sted:

Mandag den 28. maj 2018 kl. 17.30 - ca. 19.00.

Brøndby Stadion i Roma Loungen.

Sådan kommer du med:

Du kan reservere maks 2 billetter på www.al-bank.nemtilmeld.dk/601/

Tilmelding senest 24. maj 2018. Da der er et begrænset antal billetter, gælder princippet først til mølle. Hvis du er heldig at få billetter, vil du modtage en bekræftelse.

Vi glæder os til at se dig!

Med venlig hilsen
Arbejdernes Landsbank



Arbejdernes Landsbank

Banegårdsvej 9 | 2600 Glostrup | 38 48 30 26 | glostrup@al-bank.dk