



Välkommen till Sterndagen 2026!

Lördagen den 12:e september, 10:00 – 14:00

IK Sterns Klubbstuga, Skatås

Medlemmar och icke medlemmar är varmt välkomna till Sterndagen 2026. Under dagen blir det möjligt att prova på alla våra olika aktiviteter. Vi kommer också att informera om våra sektioner och övriga aktiviteter som tex skidläger och vasaloppsresor.

Prova på aktiviteter

Under Sterndagen erbjuder vi följande prova på aktiviteter (i förkortad form ca 30-45 min):

- Rullskidor introduktion - Vuxna (rullskidor, och stavar finns att låna)
- Barmarksträning - Vuxna (inriktning mot skidstyrka och kondition)
- Rullskidor – (Stak)intervaller – för erfarna åkare
- Stakmaskinträning – (SkiErg)
- Träningspass - Skidor ungdomar
- Skidskytte – Skjutträning
- Orientering - Banor av varierande längd och svårighetsgrad

Anpassa klädsel efter aktivitet.

Skanna QR-koden för program och tidsschema.



Information

Under dagen kommer det också att informeras om:

- Skidläger och Vasaloppsresor
- ProTraining (vårt koncept för dig som vill träna extra målmedvetet)
- Ungdomsverksamhet (Längdskidor, Skidskytte)
- Orientering

Förtäring

- Vi bjuder på korv med bröd samt Kaffe och bulle!

Varmt Välkomna!