

DECEMBER

4



Följ Andreas på Instagram: [pt_andreas](#)

SKIDLEASING SUCCÉN ÄR TILLBAKA!

EFTER VÅRENS SUCCÉFÖRELÄSNING ÄR ANDREAS & MAGNUS TILLBAKA. DENNA GÅNG DELAR DOM MED SIG AV SIN ERFARENHET NÄR DET KOMMER TILL MAXIMAL UTVECKLING UNDER SÄSONG.

MISSA INTE DENNA EXKLUSIVA FÖRELÄSNING!

Andreas Öhgren, spenderade i våras 3 veckor tillsammans med USA's damlandslag i alpina teknikgrenarna i Squaw Valley, med uppdraget att ta deras barmarksträning till nästa nivå. Andreas kommer att dela med sig av hur han tänker kring fysträning för maximal utveckling & transfer till skidåkning. **Hur man under säsong, kan hålla sin fysiska status & kanske t.o.m. utveckla den**, vilket gör att man ökar förutsättningarna för maximal utveckling kommande sommar.

Han kommer även att dela med sig av hur han jobbade under säsong med Mattias Hargin & andra elitåkare.

Med sig har Andreas sin kollega från USA' s alpina damlandslag, Magnus Andersson, som kommer att köra en Q&A där ni ställer frågorna och Magnus delar med sig av sina tankar och erfarenheter som tekniktränare.

Välkomna den 4 dec kl 18 så bjuder vi på macka och kaffe innan föreläsningen.

Skidleasing

Gustavslundsvägen 149R Alvik/ Bromma

Vi har endast 40 sittplatser, garantera din plats med mail till: race@skidleasing.se

SKIDLEASING.SE