

Kære Andreas T., Amy, Ibraahim, Erya, Lasse, Shawn, Sigurd, Niclas, Marco, Jes og Emil.



Hermed jeres skema for skoleårets næstsidste periode, mandag den 2. juni til fredag den 20. juni 2025.

I denne periode skal du have faget 'Duathlon'.

Duatlon er en idrætsgren, som består af de to discipliner; cykling og løb. Udover cykling og løb vil vi bl.a. arbejde med trappetræning, power-walking og styrketræning.

Vi skal bl.a. arbejde med overgangen fra cykling til løb og det at bruge sine kræfter på den rette måde.

Faget sluttes af med vores eget lille duathlonstævne, hvor man skal se, hvor langt man kan cykle og løbe.

Der vil være mulighed for at medbringe sin egen cykel i perioden, men ellers skal vi bruge skolens cykler.

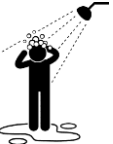
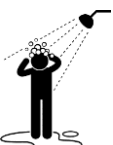
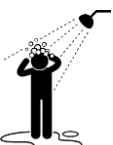
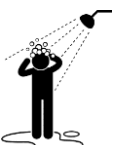
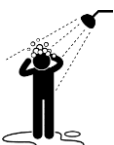
Vær opmærksom på disse særlige datoer/dage i perioden:

Torsdag den 5. juni; Grundlovsdag. Idrætsskolen lukket.

Mandag den 9. juni; 2. pinsedag. Idrætsskolen lukket.

Husk afslutningsdagen for skoleåret, fredag den 27. juni. Det bliver som sædvanligt festligt og hyggeligt. I får en særskilt invitation til denne dag i begyndelsen af juni måned.

Mange hilsner; Amanda, Daniele og Rasmus

Uge 23-25, 2025	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
9.00-9.25	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 	Omlædning 
9.25-9.50	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 	Morgensamling 
9.50-13.00	DUATHLON 	DUATHLON 	Grundtræning 	DUATHLON 	DUATHLON 
13.00-13.30	Bad og omlædning 	Bad og omlædning 	Bad og omlædning 	Bad og omlædning 	Bad og omlædning 
13.30-14.00	Frokost 	Frokost 	Frokost 	Frokost 	Frokost 