



INFORMASJON

Informasjon Team Region Øst

REGION ØST

NMF Region Øst Regionsteam MX og Enduro.

FORMÅL:	Hjelp unge utøvere som ønsker å satse litt over hobby nivå med å lære gode vaner innen kosthold, basis trening og teknisk trening.
HVEM ER TILBUDET TIL:	Utøvere innen motocross og Enduro, som er mellom 13 og 16 år i inntaksåret, og som kjører for klubb i Region Øst. (Oslo, Akershus og Østfold)
HVA TILBYS:	Individuell opplæring i basis trening med oppfølging. Teknisk trening av erfarne utøvere, med individuell oppfølging. Innføring i treningsdagbok, og hvordan utnytte denne. Opplæring i kosthold og seriøs satsning. Treningssamlinger. Trening på tvers av grenene
GREN:	Motocross og Enduro
ØKONOMI:	Teamene eies og støttes økonomisk av NMF Region Øst. Regionen går inn med noe kapital. (Størrelse bestemmes av Tinget) Det er en egenandel på kr. 2.500,- pr. utøver. Det er også lovet støtte fra gren.
BESKRIVELSE:	Det er trenerne som har den daglige styringen på teamene i samarbeid med en foreldrekontakt fra hvert av teamene. Det blir jobbet ut fra planlagt budsjett godkjent av styret i Region Øst. En utøver får plass på teamet i to år, men må vise innsats, progresjon og delta på uttakene hvert år.
SØKNADSRIST:	1. November 2015
OPPTAK:	20. – 22. November 2015
SØKNADSKJEMA:	Finner du på www.nmfregionost.no , og sender det inn til post@nmfregionost.no



NMF Region Øst
c/o Trygve Johnsrud
Suhmsgt. 2A
0362 OSLO

Org.nr: NO 997 867 858
www.nmfregionost.no
post@nmfregionost.no



For ytterligere info: Kontakt Geir Øyen, post@nmfregionost.no, mobil 93219960