

Kom og prøv amerikansk fodbold hos XXX

Kom og prøv kræfter med amerikansk fodbold ved den landsdækkende Rookie Day lørdag d. 9 juni 2018!

Rookie Day er en introduktion til amerikansk fodbold for spillere, trænere og andre personer rundt om spillet og holdet. Vi har brug for alle typer på et amerikansk fodboldhold. De små hurtige og de store stærke. Amerikansk fodbold har ingen foretrukken kropstype, konditionsniveau, alder eller køn. Det betyder, at overvægtige børn og voksne kan være med, ligesom kvinder også kan spille amerikansk fodbold. Alle kan være med.

Vi har forberedt sjov og udfordrende prøvetræning for alle aldersgrupper. Vi står klar med udstyr og et gennemarbejdet program, så du kan få den bedste introduktion til de aspekter der er kendetegnet ved amerikansk fodbold.

En holdsport ud over det sædvanlige

I amerikansk fodbold handler det først og fremmest om sammenhold. Alle på holdet er afhængige af hinanden. Det skaber et stærkt sammenhold og fællesskab på holdene. Og de mange positioner, både på og udenfor banen, gør, at alle kan være med uanset højde og drøjde.

Det vigtigste er, at du har lyst til at give dig i kast med en sport, som handler om teknik, sammenhold, taktik og hård, fysisk kontakt. Du kan læse mere om sporten på www.amerikanskfodbold.dk.

Tag dine venner og kolleger med på en tur på banen

Hvis du vil prøve Rookie Day som spiller, skal du medbringe sportstøj, som gerne skal være langærmet trøje og bukser, fodboldstøvler. Hvis det er en af de andre funktioner rundt om holdet der har din interesse, skal du komme i praktisk tøj afpasset dagen. Vi sørger for udstyr og hjelm som du kan låne.

Under alle omstændigheder, skal du selvfølgelig medbringe dine venner og kollegaer til en dag med udfordringer og taktisk spil.

Husk at komme i god tid, så du kan nå at få udstyret på.

Tilmelding

Du skal tilmelde dig træningen på vores FB event: [xxx](#)

Læs mere om Rookie Day her: www.rookieday.dk