



Aarhus den 5. januar 2015

Kære venner

### **Indkaldelse til GIR skolerugbykursus**

Lørdag den 21. februar uddanner vi Rugby Club Odense i GIR (GetIntoRugby) og jeg vil i den forbindelse, gerne have lov til at invitere trænere fra din klub med.

Så har din klub trænere, der ikke har gennemført kurset, øvede der trænger til nye vinkler, lærere fra jeres skoleaftaler eller forældre der har vist interesse, så er her en fantastisk chance for at lære mere om rugby træning. Forud for kurset, bedes du gennemføre rugbyworlds hjemmeside [worldrugby.org/getintorugby](http://worldrugby.org/getintorugby)

Du tilmelder dig på DRUs hjemmeside under tilmeld.  
Deadline for dette er fredag den 13. februar.

#### **Program:**

11.45: Mødetid Odense Rugby Klub, Nøglens Kvarter 12, 5220 Odense  
12.00: Præsentation af GetIntoRugby (GIR) hjemmeside  
12.45: Præsentation af De 4 grundprincipper  
13.00: kaffe og kage  
13.30: Træning af De 4 grundprincipper (udendørs)  
14.30: GIR-træningsprincipper (udendørs)  
15.30: Spørgsmål og afslutning

Medbring træningstøj til udendørs brug.

Venligst sørg for at denne besked er viderebragt til alle interesserede.

Glæder mig til stor tilslutning og til at hilse på jer alle sammen den 21. februar i Odense

Preben Rasmussen  
Udviklingskonsulent