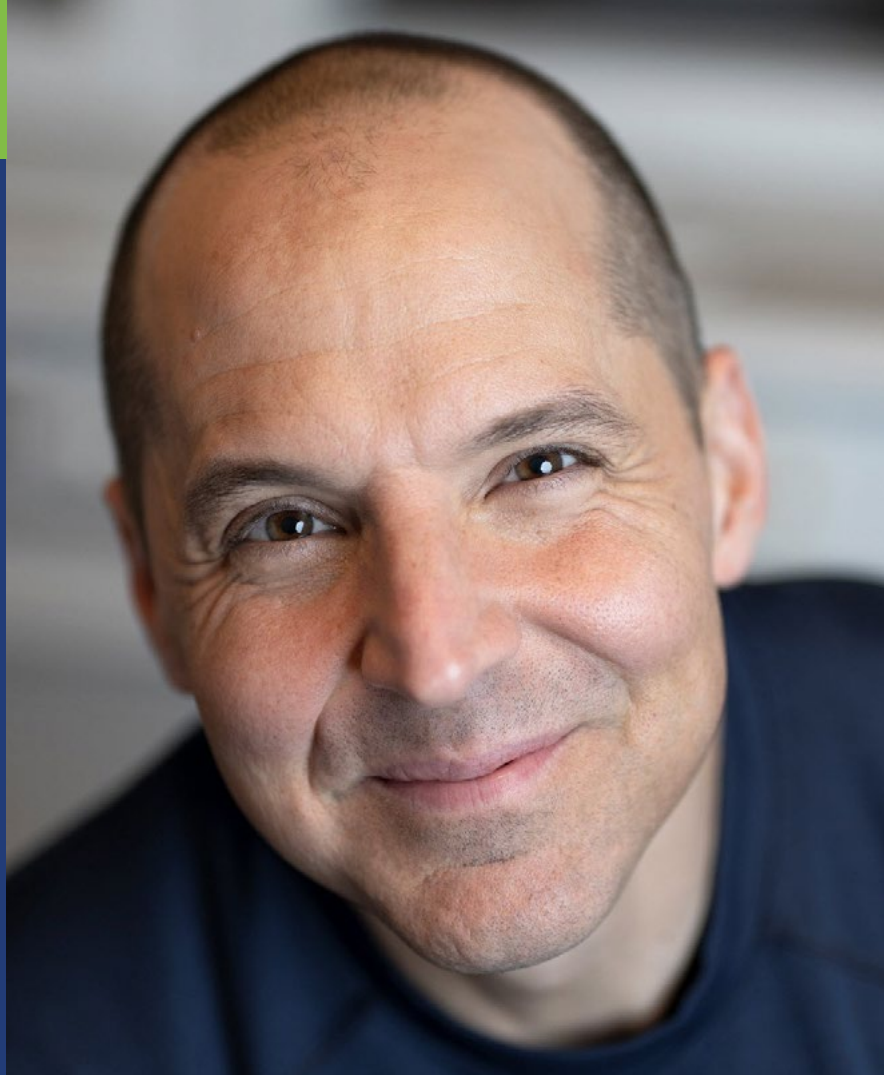


Invitation

DER ER INTET QUICKFIX, HVIS DU SKAL NÅ DINE MÅL



Holstebro Elitesport og Idrætsefterskolen Lægården inviterer til foredrag med Chris Macdonald torsdag den 26. oktober kl. 19.00 – 21.00 i hallen på Idrætsefterskolen Lægården.

Ungdomslivet anno 2023 er krævende og udfordrende. Det kan være svært at vælge til- og fra, når man nu gerne vil gøre det godt i skolen, til sport, i det sociale liv og på alle de andre arenaer, som hele tiden trækker og forstyrrer fokus.

Derfor har vi inviteret Chris Macdonald, som har forsket og arbejdet med præstation, restitution, søvn og mange andre aspekter af det at nå sine mål og drømme.

Arrangementet er gratis for elever og lærere på Idrætsefterskolen Lægården samt udøvere og trænere tilknyttet Holstebro Elitesport.

For forældre er der en egenbetaling på kr. 50,- pr. person.

Billetter via dette [link](#).

Med venlig hilsen

Holstebro Elitesport og Idrætsefterskolen Lægården