



Oddbjørg Salte og Yngvar Andersen

## Nå starter kjendisinspirert gruppetrening i Sandvedparken

**SANDVEDPARKEN:** Oddbjørg Salte skal drive utendørs gruppetrening i regi av trimkjendis Yngvar Andersen.

Treningsekspert Yngvar Andersen, kjent fra NRKs Puls har sammen med slankedronningen Grete Roede AS utviklet program-

met MEIR trening. Dette programmet er nå kommet til Sandnes.

– Dette er et glimrende tilbud til deg som ønsker å komme i gang med regelmessig trening.

Treningskonseptet passer for alle – både deg som er inaktiv, deg som er «jo-jo-mosjonist,» og deg

som er litt aktiv fra før, sier Andersen.

Det er Oddbjørg Salte som skal organisere treningene i Sandnes. Første økt går i Sandvedparken mandag 14. januar, og hver økt koster 100 kroner.

– Det er som et utendørs tre-

ningscenter med i små og store grupper. Gruppetreningen er lagt opp som sirkeltrening med ulike stasjoner med øvelser, og hver trening varer i 50 minutt. Vi lover å få deg i form uansett utgangspunkt, og hjelper deg å bli der, sier Salte.

# vensk klassiker



**SVØMMING:** Stavanger Open Water ble i fjor arrangert for andre gang. 77 deltaker kastet seg ut i Stokkavatnet, men arrangøren drømmer om langt større deltakerlister. Foto: Marius Vervik



**SYKLING:** Jone Ellingsen fra Dalane SK vant Landsbyrittet i fjor. Dette er en av øvelsene Geir Patursson ønsker i sin trimklassiker. Foto: Marius Vervik

### Mosjonsarrangement

#### Ski:

- 23. februar: Sirdal Skimaraton
- 2. mars: Sesilåmi
- 16. mars: Hovdentour
- 13. april: Haukelirennet

#### Landeveissykling:

- 28. april: Spinn sprinten, Bryne.
- 1. mai: Mairittet, Sandnes.
- 5. mai: Jærtrillen.
- 9. mai: Dalane rundt.
- 11. mai: Sør-Karmøy rundt.
- 25. mai: Haugesund–Sauda.
- 1. juni: Marine Harvest-rittet, Hjelmeland.
- 16. juni: Simplicityrittet, Jæren.
- 22. juni: Kraftrittet, Suldal.
- 4. august: Jæren Hausttur.
- 10. august: Aarbakkerittet, Lysebotn–Bryne.
- 10. august: Sirdal–Bryne.
- 17. august: Tour de Fjords, Egersund–Sandnes.
- 24. august: BB Tysværrittet.
- 31. august: SSS landeveisritt, Sandnes.
- 8. september: Scanarittet, Jørpeland.

#### Terrensykling:

- 18. april: PreTour Dalane
- 20. april: Rundeskogen rundt.
- 4. mai: Landsbyrittet, Randaberg.
- 4. mai (?): Østerhusrittet, Sandnes.
- 14. mai: PreTour Nærbø.
- 20. mai: Garborgriket rundt.
- 23. mai: PreTour Sandnes.
- 8. juni: Nordsjørittet.
- 15. juni (?): CK Haugaland-ritt.
- 3. august: Rennesøy Marina.
- 11. august: Rundbane Terreng, CK Haugaland.
- 18. august: Tour des Fjords, Stavanger.
- 24. august: Hulderrittet (for kvinner), Bryne.
- 25. august: Vaglerittet, Klepp–Bogafjell.

#### Temposykling:

- 6. april: Tempo-T-forbindelsen, Haugaland.
- 10. april (?): Klostermilå, Rennesøy.
- 13. april: KCC-tempoen, Klepp.
- 25. april: Steinsfjellet opp, Haugesund.
- 2. juni: Tempo Velux, Bryne.
- 21. august: Laugstempo
- 29. august: Klostermilå, Rennesøy.
- 15. september: Hyundai tempo, Bryne.

#### Løping:

- 19. januar: Spirit halvmaraton, Sola.
- 9. mars: Egersund halvmaraton.
- 4. april: Terrengløp, Vålanskogen.
- 8. april: Hålandsvannet halvmaraton.
- 27. april: Siddisløpet, Stokkavatnet.
- 1. juni: Haugesund halvmaraton.
- 22. juni: Midtsommerløpet, Sola.
- 26. juni: Stokkavatnet maraton.
- 31. august: Stavanger maraton.
- 21. september: Landsbyløpet, Randaberg.
- 26. oktober: Djupadalten, Haugesund.
- 2. november: 3-sjøersløpet, Stavanger.
- Desember: Våland Grand Prix.

#### SVømming:

- 17. august: Stavanger Open Water.

#### Skøyteløp:

- 26. desember: Trimmilå/Fleskeløpet, Sørmarka.

#### Rullski:

- 5. oktober: Landsbyrennet, Randaberg.