

Inbjudan webinarium, professor Stephen Seiler, torsdag 20/5 kl 19.00

Stockholms skidförbunds längdkommitté har glädjen att presentera en verklig auktoritet inom uthållighetsträning och träningsfysiologi, grundaren av begreppet polariserad träning och författare/medförfattare till ett antal vetenskapliga artiklar:

Stephen Seiler



Professor Stephen Seiler är verksam vid universitet i Agder, Norge och är expert på olika aspekter av uthållighetsträning. Seiler är känd inte minst för att ha myntat begreppet polariserad träning efter att ha studerat träningsupplägget hos norska längdskidåkare.

Längdkommittén bjuder nu anslutna skidklubbers medlemmar, åkare, tränare, ledare att ta del av detta webinarium torsdag 20/5 med start kl 19:00. Anmälan till olof@nvskidor.se med uppgift om klubbtilhörighet, länk till mötet mailas.

