



FÖRSVARSMAKTEN



AMFIBIEREGEMENTET



293. KOMPANIET

HINDERBANANS DAG

Söndagen 24 Augusti kl 1100-1400
Djurgårdsbrunn, Manillavägen - Prins Carls väg
Välkommen

Testa dig själv, tävla mot **Konstantin Avramidis**, soldat från AMF1 och vinnare av Gladiatorena ,Tough Viking 2014, grundare av Sveriges första träningsform på hinderbana, Obstacle Training.

Soldater tränar hinderbana för att fysiskt och mentalt förbereda sig.
Hinderbana är en allsidig träningsform som ger mycket effekt.
Kom och se hur soldater från Amfibieregementet och Hemvärnet tränar hinderbana.