

## **Kallelse, utrustningslista och resplan till, (se även hemsida):**

### ***Folksam Cup Längd, Junsele, 11-13 mars 2011***

ATT TÄNKA PÅ:

Skidor, stavar, pjäxor för klassisk och fri stil. Vi tränar fredag em. och testar banor och glid.

Ta ev. med ett extra par stavar och skidor om du har, i fodral till bussen. Om du har egen specialvalla ta med det, annars har USF egen vallabox med "kanonvalla"!

Pjäxor för fri stil och klassisk stil.

Kläder två ombyten för träning och tävling. Varma kläder är viktigt. Handskar, mössa, strumpor, overall mm.

USF tillhandahåller tävlingsdräkt, väst och mössa(mössa får du behålla)

Mat- får vi på plats. Egen dryck typ sportdryck och Drickabälte är bra.

Att sova i och på- madrass får vi där MEN TA MED., kudde, sänglinne, sovsäck mm- vi sover i skolsal.

Fickpengar, varma kläder och skor. Om någon är allergiker tala om det för oss!

Om någon blir sjuk eller skadad ring och tala om...

För info gå in på sök "FOLKSAM CUP 2011" och läsa mer om finalen...

#### **Resplan: Fredag 11 mars,**

06.30 Uppsala, Max/ Statoil vid nya E4

07.05 Preem i Månkarbo

07.25 Tierp, rastplats avfart E4

08.00 Scandic hotell, Gävle intill E4

*Hemresa – anländer till Uppsala ca 19.30 men vi återkommer....*

MVH

Ledarna

Ulf/ 0708-947735

Janne/ 0706-510811

Madelene/ 070-6757953

ulf.jansson@telia.com