Inbjudan till Öregrundsläger 2021

Under rådande omständigheter väljer vi att göra en enklare variant i år.

Vi tycker att det är viktigt att vi får träffas ändå!

Lördagen den 3 juli.

Samling 10.00 vid Sven Perssonhallen i Öregrund (samma plats som tidigare år).

Beräknas avslutas senast 15.00.

Inbjudan avser juniorer, Folksam-åkare (-06 o -07), VW-åkare (-08 o -09) och ungdomar födda -10 o -11.

Upplands skidförbund håller med ledare för alla grupper. Vi ser gärna att några föräldrar följer med på passen för att hjälpa till att hålla ihop grupperna. På rullskidpasset går det bra att cykla.

Grupperna kommer träna var och en för sig men samtliga kommer starta med löpning och sedan övergå till rullskidor (klassiskt) efter ett avbrott för lunch.

Det kommer att finnas möjlighet till ombyte.

Ta med något att äta mellan löpningen och rullskidor och efter passet då vi kommer att hålla på 2,5–4 timmar beroende på ålder!

Glöm ej: Träningskläder efter väder, rullskidor (klassiska), vätskebälte, reflexväst eller reflextröja, hjälm, handskar, lunch.

Efter passen finns det möjlighet till bad.

Varmt välkomna.

Anmälan till mats.omnell@gmail.com eller linda.b.jeleby@hp.com senast 30/6. Ange namn och födelseår.

Ni föräldrar vilka kan tänka sig att hänga med. Meddela gärna det.

Vid frågor kontakta Mats Omnell.

070-60 60 343