

# Invitasjon til juniorsamling 17-21år

## **Fredag 07.12.18**

Ankomst kl.16.45-17.30 Lygna skisenter. Mer info om selve overnattingene kommer når påmeldingsfrist er gått ut.

- Kl. 17:45 innskyting + 20/20 skudd klassisk komb på metall.  
Ca. 2t
- Kl. 20.30 middag/kveldsmat

## **Lørdag 08.12.18**

Kl. 08:30

- 1:15t komb skate + 1t teknikk skate
- Kl. 12.00 Lunch
- Kl. 16.00 Klassisk komb 20 skudd metall. Ca. 2t
- Kl. 19.00 Middag
- Kl. 21.30 Kveldsmat

## **Søndag 09.12.18**

- 1. Økt: langrenn skate konkurranse

Lunch fortløpende etter løp.

- Kl. 15.30 løp + styrke ca. 1t

- Kl. 16.45-17.15 Avreise

### **Påmelding:**

Mail med løperinfo og navn/nr. til nærmeste pårørende i tilfelle ulykke. Legg også ved navn (mottaker) og mail faktura skal sendes til. Hvis allergier, nevnt det på mail ved påmelding.

- Påmeldingen sendes til [torgeirlangmoen@hotmail.com](mailto:torgeirlangmoen@hotmail.com)
- Pris: 1650kr pr. løper
- Påmeldingsfrist 23.11.18. Påmelding er bindene og refunderes ikke etter endt påmeldingsfrist.
- Mail med faktura vil bli sendt ut fortløpende og har frist 30.11.18. Ikke betalt faktura innen frist vil resultere i 200kr i ekstra gebyr.

### **Inkl. i pris:**

- Måltider (frokost, lunch, middag og kvelds)
- Trenerutgifter + evt. kjøring på samling
- Leie av stadion og overnatting

### **Kontaktperson**

- For spørsmål om samlingen eller andre henvendelser, kontakt (ring eller melding) Kris-Andrè Larsen på telefon 97968575.

Tilleggsinformasjon:

Det er mulig at samlingsplanen kan endre seg avhengig av føre/vær. Ved endringer vil påmeldte få beskjed fortløpende.

## Huskeliste

- Våpen + ammunisjon (ca. 300skudd) og pussesaker
- Skøyting/klassisk ski, skismørning, joggesko, skistaver .
- Treningsklær og vanlige klær (se yr.no).
- Drikkebelte og sportsdrikk
- Det kan være lurt å ta med sko-tørker.
- Sengetøy og håndkle (90 seng)