



Invitasjon til Team Drammen sesongen 2020-2021



Team Drammen ønsker å invitere nye og gamle utøvere til ny sesong. Vi starter opp på MIF hytta tirsdag 05. mai kl. 18.00, i henhold til anbefalinger av Folkehelseinstituttet. Antrekk: joggesko/barmarkstaver (korte)/treningstøy. Det blir dessverre ikke mulighet for dusjing denne gangen, så ta med skiftetøy.

Hva er Team Drammen

Team Drammen er et ÅPENT treningstilbud til langrennsløpere i alderen Junior- (f. 2001-2004) og U23, hovedsakelig fra nedre Buskerud, som ønsker litt mer enn det de lokale klubbene kan tilby. Forutsetningen for deltakelse i Team Drammen er at utøverne ønsker å utvikle seg som langrennsløper, delta på avtalte teamaktiviteter og bidra til et stabilt og godt treningsmiljø. Mange av våre utøvere stiller i Norges Cup og NM. Vi tilstreber en fellestrening per uke, gjerne tirsdager (ons, tors), samt en samlingshelg per måned. Samlingshelgene forsøker vi å legge lokalt, for å begrense kostnadene. Teamet har i 2019-20 sesongen hatt utøvere fra følgende klubber: IL Bever'n, Glassverket IL, Mjøndalen IF, IL ROS, IL Skrim, Sande SK, Sjøstad Vestre Lier, Hokksund IL, Vikersund IF

Treningstilbud og priser

Trinn 1 – Samlinger Pris 2019/2020 **4.300,-** - Full tilgang til alt av fellestreninger, og i tillegg deltakelse på alle samlinger med Team Drammen, med trenere. Team Drammen koordinerer samlinger opp mot Buskerud Skikrets sine samlinger. Samlingsplan vil legges slik at dette kan legges inn i den enkeltes treningsprogram. Pris for selve samlingene kommer i tillegg. Vi tilstreber lave kostnader.

Trinn 2 – Full pakke Pris 2019/2020 **6.500,-** - Full pakke med treninger, samlinger, personlig treningsprogram og oppfølging fra en av teamets trenere, også med oppfølging på Olympiatoppens treningsdagbok.

Prisen for deltakelse er avhengig av antall deltakere, aktivitetsnivå og sponsorinntekter, og er derfor ikke fastsatt ennå for 2020-21. For trinnene 2 og 3 får utøverne tilgang til teamets fordelsavtale med Bjørn Myhre Sport. Alle har mulighet til å kjøpe teamtøy.

Teamets **TRENERE** er Geir Olsen og Knut-Inge Fossli.

Sesongen 2020-2021

Plan for sesongen 2020/21: Oppstart mai. Ny samling i juni. Neste samling midt i august og deretter ukentlige treninger på tirsdager (ons, tors), med unntak av de ukene som følger etter samlinger og NC renn. Ellers samlinger hver 3. uke, med stor vekt på hjemme samlinger. Vi tilrettelegger for deltakelse på kretsens samlinger. **Vi deltar aktivt i kretsens aktiviteter:** Sparebank 1 cup, KM, skirenn i regi av kretsens klubber, smøreopplegg og samlinger.

Fint om du/dere kan sende en sms til **Geir Olsen 92097919, Knut Inge Fossli 46512590, Svein Fossen 48045616** hvis du kommer tirsdag 05. mai, så vi kan forberede inndeling av grupper iht. Folkehelseinstituttet anbefalinger.

Velkommen til team trening tirsdag 5. mai kl. 18.00 MIF hytta.
Mvh. Team Drammen.