

## INVITASJON TIL ÅPEN TRENINGSSAMLING Tyrifjord Hotell 2. – 6. oktober 2021

Langrennskomiteen inviterer ungdom, junior, senior, foreldre og trenere i Buskerud til åpen treningssamling i Vikersund i perioden 2. – 6. oktober  
Samlingen er beregnet på løpere fra Buskerud som planlegger å gå Ungdommens Holmenkollrenn, Hovedlandsrennet, NC jr / NC senior kommende sesong.  
Vikersund har flotte treningsforhold på høsten med lang rulleskiløype og flott natur.



**Samling 1:** 02.10. - 05.10 Treningssamling for jenter og gutter f.2006-2009

**Samling 2** 02.10. - 06.10 Treningssamling for juniorer, dvs utøvere f. 2005 og tidligere.  
Seniorer trener med juniorene, men har egen påmelding i egen facebook gruppe

### Overnatting

Overnatting og alle måltider på Tyrifjord Hotell, <https://www.tyrifjord.no/>  
Hotellet vil også være base og frammøtested for de ulike økter på samlingen.  
Det er mulig å ordne privat overnatting.

### **Ansvarlige for samlingene:**

Hovedansvarlig for samling 1 er Anders Embergstrud

Hovedansvarlig for samling 2 er Sondre Eriksen

Det blir i tillegg med trenere fra team og klubber avhengig av hvor stor påmeldingen til samlingene blir.

**Detaljert program vil bli lagt ut på skikretsens nettside / facebook grupper i god før samlingene**

### **Priser**

#### **Ungdomssamling – samling 1**

- kr 3 600,- pr utøver. Prisen inkluderer samling og helpensjon på hotell i 3 døgn
- Privat innkvartering kr 625,- i treningsavgift hvis du bor privat
- Pris for foresatte er kr 2 975,- for helpensjon på hotell

#### **Junior samling – samling 2**

- kr 4 600,- pr utøver. Prisen inkluderer samling og helpensjon på hotell i 4 døgn
- Privat innkvartering kr 800,- i treningsavgift
- Pris for foresatte er kr 3 800,-

Det er mulig å kjøpe enkel kveldsmat på hotellet til kr 99,- pr kveld. Dette bestilles direkte på hotellet av den enkelte. Vi har valgt å ta ut dette av totalprisen, da det er mange som ikke har benyttet tilbudet tidligere.

Dere får tilsendt egen epost i starten av september med info om betaling.

### **Utstyr.**

Deltakere medbringer hjelm, rulleski og staver (klassisk og skøyting), samt joggesko. Husk reservepigget til staven!! Det vi bli lagt opp til ulike økter både på veier, stier og i ulike typer terreng. Derfor veldig viktig at alle tar med seg tilstrekkelig og godt med klær som kan benyttes på samlinga.

### **Transport.**

Deltakere må selv ordne med transport til Vikersund.

Påmelding snarest og senest innen **1.september**

#### **Link for påmelding:**

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScxpB3hpCEoXG8hPP0yGfDlvkJt7a40Y2ruQc1fzBG0WzmRdQ/viewform>

Spørsmål om samlingen kan rettes til Anders Embergstrud, [anders@embergsrud.no](mailto:anders@embergsrud.no) eller 92426229.

Vi ønsker velkommen til høstsamling i Vikersund.

**Mvh**

**Langrennskomiteen**

**Buskerud Skikrets**