

## **Innbydelse til Kretslagssamling og kretsrenn i Trollbakken, Evje 19-20.10**



Agder & Rogaland Skikrets inviterer til hoppesamling og kretsrenn i det nye flotte anlegget til Otra IL, Trollbakkene. Samlingen er et lavterskeltilbud og er åpen for alle som vil prøve seg i bakkene. Etter siste økten på søndag, vil det bli arrangert renn i alle bakker og alle klasser. Fint hvis alle kan ta med sykler og hjelm.

### **Litt om programmet:**

#### **Lørdag:**

Kl. 11 starter vi opp med litt sykling i pumptrack banen og bruker dette som oppvarming. Etter oppvarming blir det bevegelse og teknikktraining.

Kl. 13-15 Hopping i alle bakker

17-1930 Film og Pizza i miljørommet.

#### **Søndag:**

10-12 Oppvarming og hopping i alle bakker

1300 Samlingen avsluttes med hopprenn og fine premier.

Hvis det er behov for overnatting, kan Jon Terje Hegghaug kontaktes på tlf 911 52 341

Påmelding på e-post: [tsand2@online.no](mailto:tsand2@online.no)

Eller sms 41456301

Innen 16.10.19

Med hilsen

Hoppkomiteen.