

VELKOMMEN TIL KRETSSAMLING SONE VEST

Hammerfest 16. oktober 2021



Finnmark Skikrets og Hammerfest skiklubb har gleden av å invitere til kretssamling for 11-16 åringene lørdag 16. okt.

Program

Lørdag 16.10:

Vi har base ved Reindalen Skole hvor vi har garderober og gymsal tilgjengelig.

11:00 - 13:00 Økt 1 - Utendørs

13:00 - 14:00 Lunsj – Reindalen Skole

14:00 - 15:00 Rolig økt med John Arlid Svendsen – Gymsal Reindalen Skole

15:30 - 17:00 Økt 2 - Utendørs

17:00 - 18:00 Mat – Reindalen Skole

Sportslig opplegg for gruppene

15-16 år:

- Økt 1: Elghufs-intervall Storfjellet
- Økt 2: Rulleski - Rulleskiløypa

13-14 år

- Økt 1: Elghufs-intervall Storfjellet / Evt. Trafostasjonen
- Økt 2: Rulleski – Rulleskiløypa

11-12 år:

- Økt 1: Stasjonsøvelse
- Økt 2: Opp til dagsturhytta Storfjellet

Dette er et utkast til plan for øktene. Trenerne med ansvar for de ulike gruppene og øktene kan selvfølgelig gjøre justeringer dersom ønskelig, så lenge vi samkjører dette med bruk av evt. ressurser en trenger.



Lokasjoner

Oppmøtested og base for samlingen er:
Reindalen Skole (Rett nedenfor Reindalen Skistaion)
Finnmarksveien 96

Enkelte økter vil foregå i rulleskiløypene i Reindalen Skianlegg.

Utstyr

Huskeliste for deltakerne:

- Treningsklær til utendørsbruk – Gode joggesko for grus og terreng
- Treningsklær til innendørsbruk - Innendørssko
- Egen drikkeflaske – Merket med navn
- For som er 13 år og eldre - Rulleski, skisko, staver og hjelm. Skistaver til elghufs.

Hammerfest Skiklubb har en del rulleski og staver til utlån dersom det er behov for det. Bare å ta kontakt.

Påmelding:

Deltakeravgift pr. person er på 200,- NOK og vil bli fakturert klubbvis i etterkant av samlingen. Denne inkluderer 2 måltider, 1 mellommåltid og drikke.

Påmeldingen gjøres via dette skjemaet:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=90R4RTXJHEWuOwYcgzYD1h1kM2-t9I9Eojx9NdAZeHtUMzk5OFBTRjg1MIVUUzhQWldJUTNBM0hKWS4u>

Påmeldingsfrist er innen onsdag 13. oktober klokken 23:00.

Kontakt

Kontaktperson for samlingen er:

Håvard Kvam Jørstad, 98 22 21 86

nestleder.hammerfestsk@klubbkontor.no

Vi ønsker alle løpere, trenere og ledere hjertelig velkomne til en spennende og trygg samling!

Med beste skihilsen

Tom Eirik Lysmen Jakobsen

Leder i Hammerfest skiklubb



-for skiglede og samhold