

INVITASJON TIL

ÅPEN KRETSSAMLING I ALPINT,

NORD TRØNDELAG SKIKRETS

MERÅKER DEN 8/9. – 10.12.2017

Sted: Meråker alpinsenter i Fagerli i Meråker

Tid: 8/9. – 10. desember 2017

Nord-Trøndelag skikrets arrangerer ei åpen kretssamling for løpere fra 8 år. Hovedtrener under samlinga er Stian Wodahl fra Steinkjer skiklubb. Treninga blir tilpasset den enkelte deltagers nivå.

Alpinsenteret åpner denne helga, og vi får kjøre porter tidlig og på slutten av dagen. Midt på dagen blir det ulike øvelser og frikjøring.

Vi har leid Triangelheimen, ei stor speiderhytte i Fagerlia ved alpinanlegget, fra fredag til søndag. Dere kan enten oppmøte fredag kveld i Triangelheimen eller lørdag morgen i Bjørkebekktrekket i Meråker alpinsenter.

Fredag 8.12.2017

Fra 18.00	Triangelheimen, Fagerlia
	Leik og sosialt samvær

Lørdag 9.12.2017

Kl 8.30 – 10.30	Trening økt 1 i Bjørkebekktrekket, Meråker skisenter. Vi kjører porter.
Kl 10.30 – 11.00	Pause/matbit i Varmebua/kafeen
Kl 11.00 – 13.00	<i>Velkommen til de som kommer lørdag. Oppmøte ved bua nederst i Bjørkebekktrekket</i> Trening økt 2 i Bjørkebekktrekket, Meråker skisenter

Kl 13.00 – 16.00	Lunsj enten på Varmebuga/kafeen eller Triangelheimen. Frikjøring for de som ønsker det. Innstalling i Triangelheimen/handling for de som ønsker det.
Kl 16.00 – 18.00	Trening økt 3 i Bjørkebekktrekket. Vi trener på å kjøre porter.
Ca Kl 19.30	Felles middag i Triangelheimen.

Søndag 10.12. 2017

Kl 8.30 – 10.00	Oppmøte i Bjørkebekktrekket – Trening økt 1. Starter med kort infomøte nederst i bakken. Vi trener på å kjøre porter.
Kl 10.00 – 10.30	Pause/matbit i varmetua/kafeen
Kl 10.30 – 12.00	Trening økt 2
Kl 12.00 – 12.45	Lunsj i Varmetua/kafeen
Kl 12.45 – 14.30	Trening økt 3
Kl 14.30	Vel hjem

Heiskort: Pris for deltagerne er kr 200. Voksne får 10 % rabatt på dagskort.

Alle kjøper heiskort hver for seg. Husk keycard og å si at du er med på samling.

Overnatting: Vi har reservert overnatting på Triangelheimen i Fagerlia. Her er det 33 sengeplasser + madrasser hvis vi blir flere.

<http://www.triangelheimen.no/?page=kartogvei>

Pris overnatting er ca. 320 kr per pers.

Her er det kjøkken og anledning til å lage seg frokost og matpakke til lunsjen. Husk tørrmat og sovepose/lakenpose.

Nord-Trøndelag skikrets sender ut faktura for overnatting etter samlinga.

Ledsager: Deltagerne kan ha med seg foresatt/ledsager.

Middag: Vi lager felles middag på Triangelheimen. Foreldrene går sammen om innkjøp og middagslaging.

Påmelding:

https://docs.google.com/spreadsheets/d/1Zak672RSWqcGNAadSJLOwpN4Ma3V6lu_gwHYfNWj1JQg/edit?usp=sharing

Frist for påmelding: lørdag 2. desember 2017

Spørsmål: Ta kontakt med Hilde Tokle Yri 977 57 600 eller Stian Wodahl 907 77 240

De åpne kretssamlingene er et samarbeid mellom

