

# INVITASJON TIL ÅPEN KRETSSAMLING I ALPINT, NORD TRØNDELAG SKIKRETS 23.-24.1.16

**Sted:** Grong skisenter, Bjørgan

**Tid:** 23.1.2016 kl 10.00 – 24.1.2016 kl 15.00

Samlinga er et lavterskeltilbud for yngre løpere (U12 og yngre), men er åpent for løpere i alle aldre. Fokus på samlingene vil være grunnleggende skiteknikk og skiglede.

Trenere under samlinga er Kurt Are Lona fra Grong og Stian Wodahl fra Steinkjer.

## **23.1.2016**

Kl 10.00	Oppmøte i kafeen - på med sko. Kjøpe heiskort
Kl 10.30	Velkommen til samling ved Nord-Trøndelag skikrets
Kl 10.45	Trening
Kl 12.30	Lunsj i kafeen
Kl 13.30	Trening
Kl 15.00	Avslutter i bakken
Kl 17.30	Klatring i Grong hallen
Kl 19.00	Felles middag

## **24.1.2016**

Kl 10.00	Oppmøte i kafeen med skisko på beina for et kort infomøte
Kl 10.15	Trening
Kl 12.00	Lunsj i kafeen
Kl 13.00	Trening
Kl 14.45	Avslutning i kafeen
Kl 15.00	Vel hjem

**Heiskort:** To-dagers kort barn/unge kr 510,-, voksne kr 670,-. Vi har sendt forespørsel om rabatt til skisenteret. 75 kr for Key-Card. Husk å ta med om du har.

Grong skisenter tilbyr **gratis årskort for alle 5-klassinger** fra hele fylket. Husk legitimasjon.

**Overnatting:** Gratis overnatting i leiligheter alpinanlegget. Nord-Trøndelag skikrets har leid tre leiligheter fra fredag til søndag med plass til 22 deltagere og ledsagere. Her gjelder først til mølla. Her er det kjøkken og anledning til å lage seg frokost. Husk tørrmat.

**Middag lørdag:** Vi legger opp felles middag etter klatringa til en rimelig penge.

**Påmelding:** <https://docs.google.com/spreadsheets/d/18rsdx3UgwbUzP6dQat7w-Sq9rQBhF9kwALhEmf3mVO4/edit#gid=0>

**Frist for påmelding:** onsdag 20.1.16

**Spørsmål:** Ta kontakt med Kurt Are Lona mobil 90130040 eller Stian Wodahl mobil 9077240.



Rekrutteringsprosjektet er et samarbeid mellom



