



Stjørdals-Blink Alpint

Inviterer løpere i alle aldre til

Camp Fossland

En dags barmarksamling med morsomme aktiviteter: Rulleskøyter, sykkel, jogging/løp, styrke og koordinasjonstrening.

Program:

Oppmøte	09:15
Trening	09:30-12:00
Lunsj	12:00-13:00
Trening	13:00-15:45
Slutt	16:00

Oppmøtested er Sandskogate 3, Stjørdal.

Link til kart: <http://goo.gl/U9yp63>

Ta med rulleskøyter (in-line type), sykkel, joggesko. Klær tilpasset dagens aktiviteter og vær.

Lunsj, pølser og brød med saft som drikke, spanderes av Stjørdals-Blink. Deltagerne tar selv med niste/mat utover dette.

Påmeldingsfrist fredag 20. juni kl 22:00.

Meld på her: <http://goo.gl/Ha5GHM>

Se påmeldte her: <http://goo.gl/ED73q3>

Treningsavgift er kr 100,- pr løper, for løpere som ikke kommer fra Nord Trøndelag (for Nord Trøndere er det gratis).

Betales inn til Stjørdals-Blink Alpint konto 4465.23.77421

Vi gleder oss til en morsom, innholdsrik og variert treningsdag

Vel møtt!