



# Stjørdals-Blink Alpint

Inviterer i alle aldre til

## Camp Fossland 2014-3

Søndag 10. august

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	16:15

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.

Påmelding gjøres i SBAs Aktivitetsliste:

<http://goo.gl/jkuWuH>

Om ikke ditt navn står i navnelisten i dette skjemaet:

Skriv inn navn og antall deltagere.

Vi gleder oss til en morsom, innholdsrik og variert treningsdag

Vel møtt!