



Meråker
videregående skole

INVITASJON TIL FELLES SAMLING FOR NTS OG STS FOR GRUPPENE 15 - 16 ÅR OG JUNIOR

Nord Trøndelag Skikrets inviterer i samarbeid med IL Varden langrenn og Meråker videregående skole til felles samling for NTS og STS for gruppene 15-16 år og junior.

Samlingsplan:

For juniorer er samlingen fra fredag kveld til søndag etter lunch (ca. kl.1230).

For gruppen 15-16 år fra lørdag morgen til søndag etter lunch (ca. kl.1230).

Dersom det er mest praktisk for utøvere i gruppen 15-16 år å ankomme fredag gis det mulighet for dette, samt deltagelse på fredagens økt.

Fredag 20/9: Oppmøte og innsjekk fra kl. 17.30.

Innhold i samlingsplan:

Fredag 20/9:

Kl. 18.30: Rulleski klassisk med styrkestak

Lørdag 21/9:

1. økt: oppmøte Meråker vgs kl. 10.00. Rulleski testløp/renn skøyting i den nye rulleskiløypa i Grova. De som har, stiller med 2er hjul.
2. økt: Løp + spenst/hurtighet. Styrke etterpå

Søndag 22/9:

Kombilangtur rulleski K og løp

Trenere:

Trenere for samlingen vil være lærere ved Meråker VG Skole

Overnatting:

Sportstunet rett bak Meråker videregående skole.

For utøvere som bor i Meråker gis det mulighet for å bo på hybelen.

Disse kan om ønskelig kjøpe lunch og middag. Det oppfordres til dette med tanke på det sosiale omkring måltidene. Dette anmerkes/bestilles via påmeldingen som legges ut.

Måltider:

I kantina til Meråker videregående skole serveres frokost, lunch middag og kveldsmat.

Sengetøy/håndduk:

Alle tar med putetrekk, laken, dynetrekk og håndduk.

Kostnader (overnatting og alle måltider):

Fra fredag til søndag: kr. 1195,-

Fra lørdag til søndag: kr. 770,-

Kun måltider:

Lunch kr. 115

Middag kr. 115

Klær og utstyr:

Husk å ta med klær i forhold til værmelding og årstiden.

Husk hjelm !!

Husk reservepigget til staver.

Påmelding/påmeldingsfrist:

Påmelding gjøres via påmeldingslink som legges ut på hjemmesiden til Nord Trøndelag Skikrets. Denne vil være tilgjengelig på hjemmesiden i løpet av tirsdag 27. august.

Påmeldingsfrist settes til fredag 13 september.

Eventuelle spørsmål:

Rettes til Ketil Fiskvik på mail: <mailto:ketil.fiskvik@stjordal.kommune.no> eller mob 947 80 277.

