

ÅPEN SAMLING FOR 13 – 16 år



IL Varden Meråker og Nord-Trøndelag skikrets v/ langrennskomiteen inviterer til åpen samling for 13 – 16 år lørdag 12 sept.

OPPMØTE kl. 10.00 ved hovedinngang MVS (ved skytehallen)

ØKT 1: Rulleski skate. Husk hjelm!

ØKT 2: Barmark. Staver til stavgang (litt kortere) og sko til vei/ terreng. Verdal OK skal arrangere O-stafett i nærområdet til MVS samtidig som vi tenkte ha vår andre økt på samlinga. Stafetten blir lagt inn som en del av aktiviteten i andre økt.

De som har, tar med kompass og emit-brikke. Vi låner ut til de som mangler (og ønsker), og så plasserer vi de som ikke er så stødig på orientering sammen med noen som kan det.

Klær etter værforholdene, husk ekstra skift slik at du kan holde deg tørr i lunchpausen.

Ferdig til ca kl 15.00

Påmelding via [Questback](#), påmeldingsfrist 8. september.

Det er mulighet for ombytte i garderobene ved MVS

Mellom øktene serveres lunsj i kantina.

Trenere på ei av øktene blir noen av klubbens seniorløpere 😊

(Det er dagsamling for «Dalføret» 10 – 12 år samtidig)

Evt. spørsmål kan stilles til Frode Estil froes@trondelagfylke.no

Mobil 97785380

VELKOMMEN TIL MERÅKER !

Ny asfalt i rulleskiløypa 😊

