

**Invitasjon til skisamling 8-16 år på Kolvereid**

Kolvereid IL og Namdal Ski starter skisesongen med kickoff/blikjentsamling 4-5.november. Vi planlegger ei aktiv og sosial helg hvor både barn og voksne kan bli kjent på tvers av klubber.

Overnatting og oppmøteplass er på Kolvereid ungdomsskole. Der vil også alle måltider serveres. Vi har tilgang til Nærøysund arena hele helgen for innendørsaktivitet og garderobe/dusj.

Egenandel 150 kr per barn. Faktureres i etterkant til klubbene.

Nødvendig utstyr:

Rulleski og hjelm for de største (begge stilarter)- men det er ikke en forutsetning for å delta, klær og sko for innendørs- og utendørs aktivitet, refleksvest, dusj og toalettsaker, sovepose og liggeunderlag. Ta kontakt ved behov for lån av rulleski, vi har mulighet for å låne bort. Nb! Barn fra 11 år som har rulleskierfaring og som ønsker kan få lov å delta sammen med den største gruppa.

Påmelding til Annie Reppen (annre@trondelagfylke.no telefon 951 65 385) innen søndag 29.oktober. (navn, fødselsdato, klubb, ev allergier). Ved spørsmål ta gjerne kontakt.

**Inspirasjonskurs** med skiklubbutvikler Vilde Austad arrangeres søndag kl.10-12. Her får man fylt opp øvelsesbanken med morsom og variert barmarkstrening for barn og unge. Dette er ment for foreldre/trenere/andre interesserte. For å vite hvor mange som deltar ønsker vi påmelding til Annie Reppen (annre@trondelagfylke.no telefon 951 65 385).

Program:

Lørdag 4.november:

10:00: Oppmøte/registrering Kolvereid Ungdomsskole

11:00: Inneøkt i turnhallen (8-12 år). Rulleskiøkt (13-16 år)

13:00: Felles lunsj

15:30: Uteøkt, lek og moro. Intervaller.

18:00: Felles middag

19:00: Sosialt, felles aktivitet barn og voksne

Søndag 5.november:

08:30: Felles frokost.

10:00: Utetrening (8-12 år). Langtur (13-16 år). Inspirasjonskurs(foreldre/trenere).

12:00: Felles lunsj og avslutning/hjemreise.



Vi gleder oss, håper du/dere kommer😊