

Snøsamling for junior 8-9 november.

NTS/LK i samarbeid med Team Innherred langrenn arrangerer åpen kretssamling for juniorer 8- 9. november. Samlingssted er Vålådalen. Det er oppmøte i Vålådalen på lørdag kl. 10.30.

Program:

Lørdag: Oppmøte i Vålådalen kl.10.30 klar for treningsøkt.

11.00: Trening

14.00 Lunsj

18.00: Trening

20:00 Middag

Søndag:

07:30: Frokost

09:00: Trening

12.00: Lunsj

Hjemreise etter lunsj.

Informasjon: Overnatting på tomannsrom i Vålådalen. Dere må ha med dere mat og drikke til før og etter trening på lørdag, samt egen kveldsmat. Middag lørdag, frokost og lunsj søndag spiser vi felles på hotellet.

Treningsprogram

Dato	Dag	Økt nr.					
8.11.2025	Lørdag	1	Langkjør	Skøyting	1-2	02:00	02:30
		2	Langkjør med teknikk	Klassisk	1-2	01:30	01:30
9.11.2025	Søndag	1	Langkjør med teknikk	skøyting	1-2	02:00	02:30
		2					

Utstyr:

Utstyr for ski, klassisk og skøyting.

Treningsklær for ski

Personlig utstyr

Pris:

Samlingen koster ca. 1500 kr.

Påmelding via linken på forms innen mandag 3.11. Påmelding=faktura. Husk reiseforsikring ved evt sykdom og avbestilling.

Påmeldingslink Vålådalen 8.-9. november – Fyll ut skjema!

Spørsmål:

Frode Lillefjell 48292390

Kristin Gausen 91520189

Vegard Saursaunet 48115151

Lars Håkon Bjugan 95289108

Anita Fossheim (LK-leder) 91128394