

**Oslo og Akershus Skikrets inviterer til Dagsamling for mennesker  
med utviklingshemming  
Øvresetertjern ved Tryvann  
Lørdag 10.juni 2023**

**Sted:** Velkommen til Øvresetertjern, Tryvann («Elghytta»)

*Adr hytta for oppmøte: Tryvannsveien 59 ([kart her](#)). Parker venstre side litt ovenfor Øvresetertjern. Kryss veien og gå ned Harald Stavøstrandsvei, ca. 5 min gange til du kommer til enden av Øvresetertjern. Hytta ligger til høyre.*

*Man kan ta T-bane opp- gå av på Frognerseteren(ca 15 min å gå vei sti)*

**Tid:** 10 juni 2023, kl. 10.00–14.00

**Hvem:** 6 år og eldre, som har lyst å ha det gøy,  
kan ha med ledsager.

**Hva:** Del 1. Uteaktivitet joggesko, hinderløype  
Del 2. Lunsjpause (dere får mat), planen er å grille  
Del 3. Uteaktivitet joggesko, natursti

**Trenere/leder:** Hovedtrener og to hjelpe trenere fra Heming, Lillis tar imot registrering

**Utstyr:** joggesko, utetøy og skifteklær.

**Egenandel:** 150,- pr deltager, 50,- for ledsager

**Spørsmål:**

Kontakt på selve dagen: Lillis Rabbing: 93085598

Spørsmål rundt påmelding til: Tove Andersen, Oslo Skikrets. Mob: 92030632

e-post: [tove.andersen@skiforbundet.no](mailto:tove.andersen@skiforbundet.no)



**Påmeldingsfrist: Tirsdag 6.juni.** Meld deg på ved å klikke [HER](#) Betaling ved påmelding! NB: De som ikke kan betale via *Deltager.no* betaler på kontrnr: 98620514462 (Thor Gjelsvik, Akershus skikrets) Send mail til Tove for registrering navn mm. (alle som kommer må melde seg på).