



# OSLO SKIKRETS

**Oslo og Akershus Skikrets inviterer til Dagsamling i langrenn og truger for mennesker med utviklingshemming i Nittedal  
lørdag 26 januar 2019**

**Sted:** Velkommen til Skihytta innerst i Sørliveien, grusvei til høyre rett før Sørli skole (Sørli skole: Sørliveien 52, 1482 Nittedal)

**Parkering:** P-plassene i Sørliveien før Stikkveien, Det er ingen parkeringsmulighet ved Skistadion

**Tid:** lørdag 26 januar, kl. 11.00-16.00

**Hva:** Del 1. Utetrening; balanse- koordinasjon-samarbeidsøvelser

Del 2. Mat og sosialt inne i klubbhuset (vi stiller med mat)

Del 3. Utetrening; lek og moro

**Hvem:** 10 år og eldre-som har lyst å ha det gøy, kan ha med foreldre eller ledsager

**Trenere: Endre**

Terje og Lillis tar imot registrering og sørger for maten inne

**Utstyr:** joggesko og treningstøy til uteaktivitet, skifte til etterpå.

**Egenandel:** 100,- pr deltager 50,- for ledsager

**Spørsmål:**

Kontakt på selve dagen: Terje Ulsrud: 92 88 31 30

Spørsmål rundt påmelding til:

Tove Andersen, Oslo Skikrets

Mob: 90 81 46 60, e-mail: [tove.andersen@skiforbundet.com](mailto:tove.andersen@skiforbundet.com)

Påmeldingsfrist: **23 januar**, meld deg på ved å klikke [her](#)

Betaling skjer ved påmelding!

(alle som kommer må melde seg på)

