



# OSLO SKIKRETS

Oslo og Akershus Skikrets inviterer til Dagsamling på  
barmark for mennesker med utviklingshemming i  
**Lillomarka arena**  
**Lørdag 5 oktober 2019**

**Sted:** Velkommen til Lillomarka arena på Grorud (Hukenveien 29)

**Parkering:** P-plass ved Badedammen, veibeskrivelse:

<https://www.google.com/maps/place/Lillomarka+arena/@59.9710029,10.8790418,17.8z/data=!4m5!3m4!1s0x4641706d341a1fbf:0x50136ffdb1a90532!8m2!3d59.9718777!4d10.8782842>

**Tid:** lørdag 5.oktober, kl. 11.00-15.30

**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:** hovedtrener og hjelpetrener

Terje og Lillis tar imot registrering og sørger for maten inne

**Utstyr:** joggesko og skifteklær

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

**Spørsmål:**

Kontakt på selve dagen: Terje Ulrud: 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: 26 september meld deg på ved å klikke [her](#)

Betaling skjer ved påmelding!

(alle som kommer må melde seg på)

