

Innbydelse NM-samling Vinstra

Innlands-0 inviterer til NM-samling for aldersgruppen 16-25 år på Vinstra helgen 4.-6. juni.

Program:

Fredag 4. juni

17.30 Oppmøte Fefor høyfjellshotell, Vinstra
18.00 Trening 1- momentøkt
21.00 Middag (på hytta)
23.00 Sengetid

Lørdag 5. juni

09.00 Frokost
10.00 Trening 2 - mellomdistanseøkt
13.00 Varm lunsj Fefor Høyfjellshotell

15.00 Foredrag v/Kjell Magne Nordvi
- NM Beitostølen
- NM Indre Østfold
- Basisferdigheter i orientering
17.30 Trening 3 - veivalgsøkt
20.00 Middag (på hytta)
23.00 Sengetid

Søndag 6. juni

09.00 Frokost
10.30 Avreise Fefor Høyfjellshotell til trening
11.00 Trening 4 - skråliøkt
13.00 Samlingen er ferdig

Kost og logi

Innlands-0 vil stå for alle måltider underveis på denne samlingen. Spesielle matønsker og/eller snacks tar den enkelte med selv 😊

Vi vil bo på store hytter rett ved Fefor Høyfjellshotell. Hyttene er innredet med full kjøkkenutrustning hvor vi lager middag fredag og lørdag kveld. Deltakerne må selv ta med laken, putetrekk og dynetrekk.

Vi kan fritt disponere hotellets svømmebasseng med mer.

Påmelding

Påmelding til Sondre Sande Gullord
per mail til sondre.gullord@hotmail.com
eller per tlf til 95 79 33 24
innen onsdag 26. mai klokken 22.00.



Treninger

Fire treninger på kart tilbys på denne helgesamlingen. Treningene vil være relevante for NM på Beitostølen senere i sesongen.

Trenere

Kjell Magne Nordvi er med som trener på denne samlingen. Innlands-O sine trenere legger også øktene på Vinstra til denne helgen.

Pris

Samlingen vil koste ca 900 kroner per deltaker.

Dette inkluderer hytte, alle måltider samt treningene. Beløpet faktureres klubbene i etterkant av samlingen, som igjen fakturerer noe av utgiftene videre til utøverne.

Spørsmål og henvendelser

av alle slag kan rettes til Sondre S Gullord på mail sondre.gullord@hotmail.com eller telefon 95 79 33 24

Velkommen på samling! 😊