

INVITASJON TIL

SAMLING ALPINT,

NORD TRØNDELAG SKIKRETS

GRONG SKISENTER 9. – 10.2.2019

Sted: Grong skisenter, Bjørgan

Tid: 9.2.2019 kl. 9.45 – 10.2.19 kl. 15.00

Nord-Trøndelag skikrets og Grong il arrangerer ei åpen kretssamling for barn og unge fra 8 år.

Du trenger ikke å ha vært på alpintraining før, men du må være trygg i heis og kunne plogsvinge. På samlinga lærer vi mer grunnleggende teknikk ut fra det nivået du er på. Det viktigste er at du har lyst til å lære mer.

Trenerne Stian Wodahl, Steinkjer, har hovedansvar for samlinga. I tillegg bidrar Grong il med flere nyutdannede trenere=)

Fredag 8.2.2019

kl 18 - 21	Frikjøring fredag kveld for de som ønsker
------------	---

Lørdag 9.2.2019

Kl 9.45	Oppmøte i varmestua på skisenteret. På med utstyret. Velkommen til samling ved Nord-Trøndelag skikrets
Kl 10.00	Trening økt 1
Kl 12.00	Lunsj i Varmestua/Kafeen
Kl 13.00	Trening økt 2
Kl 15.30	Vi avslutter i bakken
Kl 16.00	Etter bakkenprogramet: vi drar til det nye kulturhuset Kuben eller hallen i Grong og fortsetter med aktiviteter innendørs. Mer info kommer.
	Middag et sted i Grong – sted kommer.

Søndag 10.2.2019

Kl 9.45	Oppmøte i varmestua med skisko på beina for et kort infomøte
---------	--

Kl 10.00	Trening økt 1
Kl 12.00	Lunsj
Kl 13.00	Vi deltar på skicross renn Alternativ for de som ikke ønsker å delta
Kl 15.00	Vel hjem

Utstyr: Ta med de skia du har. Hjelme og staver, og evt. briller. Vi anbefaler at alle bruker ryggbeskyttelse. Har du SSL og SL ski tar du med begge deler.

Heiskort: Vi venter på evt. grupperabatt fra Grong skisenter.

Alle 5-klassinger i fylket får **gratis årskort**.

Overnatting: Heia gjestegård har plass til de som ønsker å overnatte. Heia har 5 Enkeltrom: 895,- 26 Dobbeltrum: 1095,- 2 stk 3 sengersrom: 1295,- 1 stk 4 sengersrom 1595.- Alle priser inkl. frokost.

Deltagerne som ønsker å overnatte reserverer overnatting fra fredag eller lørdag til søndag i skjema- se link under.

Nord-Trøndelag skikrets sender ut faktura for overnatting etter samlinga.

Ledsager: Deltagere under 11 år må ha med seg foresatt/ledsager.

Middag: Mer info kommer

Påmelding: <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1p0nz5DI8fzM7uTh-REjhQWd7Maux66HA1RZxXfwySoc/edit#gid=0>

Frist for påmelding: fredag 8. februar

Spørsmål: Ta kontakt med Hilde Tokle Yri på 977 57 600 / hilde.yri@gmail.com eller

Den åpne kretssamlingen er et samarbeid mellom

