INVITASJON, MILJØSAMLING 2020
ELVERUM, 25. – 27. september

Nå nærmer vi oss årets MILJØSAMLING, for utøvere, foreldre, søsken og andre inviterte. Vi lover dere en innholdsrik helg med mye trening og mye moro!

Vi håper at hele familien stiller opp, spesielt på lørdag ettermiddag, da vi på MESTERMØTET 2020 trenger både postmannskap og en stor heiagjeng og på lørdag morgen skal vi ut på langtur, noen løper og andre går. Uansett blir dette en sosial og morsom tur i Stavåsen.

Vi skal følge alle smittevernregler, de grunnleggende smittevernreglene gjelder uansett, men vi vil i tillegg komme med egne kjøreregler som gjelder for årets Miljøsamling!

Gruppeinndeling og program er vedlagt.

Deltakeravgift kr 150 per deltaker (inkludere alle aktiviteter, servering og inngang svømmehall). Påmelding skjer på VIPPS til Strandbygda IL #126714 – skriv inn navn og fødselsår på alle deltakere/barn. Påmeldingsfristen er mandag 21. september. Foreldre, trener og heiagjeng skal ikke betale.

Om det er noen som ønsker å kjøpe klubbens luer eller pannebånd selges dette på stadion på lørdag.

Har du spørsmål, ta gjerne kontakt per e-post lenefaraasen@gmail.com eller mobil 950 77 636.

Velkommen til en aktiv, sosial og morsom helg!!

Hilsen
styret og trenere v/Lene F.







PROGRAM

Vi deler opp i følgende grupper:

Gruppe 1	Alle født 2013 og 2014
Gruppe 2	Alle født 2011 og 2012
Gruppe 3	Alle født 2009 og 2010
Gruppe 4	Alle født 2006 til og med 2008
Gruppe 5	Alle født 2005 og tidligere

FREDAG 25. SEPTEMBER

Gruppe 1 og 2	Ingen organisert trening
Gruppe 3, 4 og 5 Kl. 1745 - 1900	Spenst og hurtighet. Ta med løpestaver. Oppmøte skistadion

LØRDAG 26. SEPTEMBER

DEL 1 - ALLE

Kl. 1000 – 1130/1230	ALLE møter på skistadion for rolig tur/langtur i Stavåsen. Vi legger ut på tur gruppevis. Husk klær etter vær og drikke.

LØRDAG 26. SEPTEMBER

DEL 2 - ALLE

Kl. 1600	Alle, utøvere, foreldre og søsken møter på skistadion for **fotografering.** De som har Strandbygda-tøy (overtrekk, luer/pannebånd) stiller opp i dette.
Kl. 1615	**Mestermøte** for ALLE treningsgrupper. Hansker og drikkeflaske kan være nyttig å ha med. Vi trenger en del voksne som postmannskap. Dette fordeles ved gjennomgang av øvelsene. ✓ Gjennomgang av øvelsene, fordeling av postmannskap ✓ Oppvarming ✓ Laginndeling ✓ Mestermøtet 2020
Ca. kl. 1800	Enkel servering til ALLE

SØNDAG 27. SEPTEMBER

DEL 1 - ALLE

Kl. 1100	ALLE møter på Ydalir skole ved amfiet, premieutdeling for **Mestermøte 2020**. Ta med klær og utstyr for trening.
Ca kl. 1130	Trening i respektive grupper **Gruppe 1:** Trening og lek i de fine lekeapparatene rundt Ydalir skole. Ha på treningstøy og joggesko. **Gruppe 2:** Rulleski/skileik på skolens område. De som har egne rulleski/rulleskøyter tar med dette. Alle må ha med egen hjelm, staver og skisko m/ankelstøtte (dersom prøve rulleski). Klubben har 4 par rulleski til utlån. **Gruppe 3 og Gruppe 4:** Triathlon – løping, rulleski (skøyting) og sykkel. Ta med utstyr til rulleski, sykkel og løp. I og rundt Ydalir skole. **Gruppe 5:** Intervall rulleski klassisk i retning av Hernes/Sørskogbygda. Husk hjelm og godt synlig tøy for de som skal gå på rulleski.

DEL 2 – EGEN PÅMELDING TIL DENNE ØKTE I LØPET AV LØRDAG/SØNDAG DEL 1.

Kl. 1400-1700.	Svømming, bading og lek i Elverum svømmehall. Vi fordeler tiden i svømmehallen, hvem som skal når kommer vi tilbake til

Husk klær etter vær, hjelm og godt synlig tøy om du skal ut på rulleski. Drikke og tørt skift!

Vel møtt!

Sportslig hilsen

Trenerne ved Ulf Erik

MILJØSAMLING 2020
TRENINGSGRUPPER

Gruppe	Fornavn	Etternavn	Født år	Merknad
Gr. 1	Jenny T.	Schulstadsveen	2013	
	Håkon	Gjermundshaug	2013	
	Georg	Gjermundshaug	2013	
	Kevin	Joramo-Forsberg	2013	
	Sondre	Kvello	2013	
	Simen Nikolaisen	Pettersen	2013	
	Eline	Klingen	2013	
	Dina Ròs Thorp	Stefansson	2014	
	Max	Sanderlien	2014	
	Ludvig Nicolai	Lunde	2014	
Gr. 2	Erik	Platek	2011	
	Ingeborg	Låte	2011	
	Ingrid Marie	Lunde	2011	
	Oline H.	Engemoen	2011	
	Sebastian	Olsen	2011	
	Selma Lilja Thorp	Stefansson	2011	
	Sigurd Groven	Johansen	2011	Hernes IL
	Simen Aas	Krogsæter	2011	
	Solveig Juliussen	Harviken	2011	
	Emilie Lilleøkseth	Kalbakken	2012	
	Halvor	Lindbakken	2012	
	Marie	Andreassen	2012	
	Mia	Grinaker	2012	
	Miranda Marareta Severinsson	Sørby	2012	
	Kasper	Kørra	2012	JH Langrenn
	Petter Fengsrud	Saug	2012	
Gr. 3	Helle Nordhagen	Rotneberg	2009	
	Sverre Groven	Johansen	2009	Hernes IL
	Emilie Herberg	Samuelsen	2009	
	Vilde	Platek	2009	
	Sara	Sanderlien	2009	
	Sanna Lilleøkseth	Kalbakken	2009	
	Astrid	Låte	2009	
	Emilie Hellebekken	Storsveen	2009	
	Ferdinand L.	Sætre	2009	
	Hedda	Andreassen	2009	
	Jakob Berget	Storsveen	2009	Hernes IL
	Benedicte R.	Lømo	2009	
	Niels R.	Lømo	2010	

	Johan T.	Schulstadsveen	2010	
	Emil	Steien	2010	
Gr. 4	Henning Rotneberg	Hauge	2006	
	Ingunn	Kvello	2007	
	Ingrid	Låte	2007	
	Henrik	Lindbakken	2008	
	Peder	Hagen	2008	
	Hedda Faraasen	Alme	2008	
	Einar	Johansen	2008	
	Marie Fengsrud	Saug	2008	
	Emil	Klingen	2008	
Gr. 5	Anders	Hagen	1967	
	Jørgen	Stensløkken	1982	
	Marius	Osvold	1989	
	Johanne Hauge	Harviken	1997	
	Carina	Sveen	2001	
	Audun	Nordaas	2002	
	Theodor	Lindtvet	2003	
	Kristina	Langsethagen	2003	
	Gaute	Lindaas	2003	
	Karoline	Kørra	2004	JH Langrenn
	Sigurd	Nordaas	2004	
	Astrid	Hagen	2004	
	Aurora Gaarder	Strand	2004	