

Invitasjon til miljøsamling for Førde Langrenn



Dessverre måtte Førde langrenn avlyse planlagde miljøsamling på Beitostølen av omsyn til smittevern og nasjonale tilrådinger. Vi i Førde Langrenn ønsker derfor å invitere utøvere og foreldre til eit godt lokalt alternativ der det sosiale står i fokus.



Vi kan by på:

- gode treningsøkter
- Sosiale møtepunkt med tur på Peppes
- Action, fart og spenning
- Trener og foreldresamling med godt fagleg innhald

Tid: Fredag 27.11.20 til søndag 29.11.20

Stad: Førde og omegn

Påmelding: Sjå nederst i saken for lenke til påmelding. Frist 22.11.20.

Påmeldingsavgift: Kr 250 pr deltakar. Dette dekker alle aktivitetar.

Program for helgen:

Fredag: Gruppebasert barmarksøkt for alle aldersgrupper på Langeland skistadion kl 17.30

Lørdag:

Formiddagsøkt kl 10-11.30: **Barmaksøkt** Langeland skistadion – detaljer kjem seinere

Ettermiddag: **Sosial aktivitet for alle aldersgrupper.**

1-4 klasse møtes ved Førde Bowlinghall, der det blir sosiale aktiviteter med bowling og Pizza i tidsrommet fra kl 14, nærmere detaljer kjem.

5. klasse og eldre møtes i Kråkenesmarka ved Sunnfjord Motorklubb, Gokartbana. Her vil vi få ha litt actionfylt ettermiddag. På kvelden møtes vi på Peppes Pizza. Detaljert program vil bli publisert senere.
med mat på Peppes i ulike aldersgrupper. For 5. klasse og eldre, har vi booka Gokartbana frå kl 13, og møtast på Peppes på kvelden.

Søndag: Barmarksøkt for alle aldersgrupper. Oppmøtestad Førdehuset kl 10.

Foreldresamling: Skadeforebygging i fokus: Kl 10-12. Sunnfjord Hotell.
Idrettsfysioterapeuter Marit Smørdal og Aud Vassbotten er ambassadører for **skadefri.no** og held eit viktig foredrag for foreldre og trenere med fokus på skadeforebygging blant unge utøvere.



Påmelding:

Elektronisk påmelding for alle aktiviteter, inklusive foreldresamling

<https://response.questback.com/coopnordvestsa/miljsamlingnov2020>

Påmelding innen søndag 22.11.20

Styret
Førde Langrenn