

Til lagene i Troms

Tromsø, 1.oktober 2019

INVITASJON TIL KRETSSAMLING FRIIDRETT 15 ÅR OG ELDRE – SAMT LERØY-SAMLING 12-14 ÅR - PÅ BARDUFOSSTUN I MÅSELV 25.-27.OKTOBER 2019

1

Vi inviterer til treningssamling i friidrett for aldersgruppen 15 år og eldre samt LERØY-samling for 12-14 år på Bardufosstun i tidsrommet 25.-27.oktober 2019. Samlingen er åpen for alle – så fremst kapasiteten tilsier det.

Foreløpig program: (kan bli mindre endringer underveis)

Fredag kl.1800 - Oppmøte Bardufosstun, registrering og fordeling av rom/hytter
" kl.1815 - 1900 Kveldsmat på Bardufosstun
kl.1900 - 1930 Felles informasjon om samlingen (-e) – alle SKAL møte i Sverrestua.
" kl.1930 - 2100 Tema: ikke helt avklart ennå
« kl.2130 Sosialt samvær

Lørdag kl.0730 - 0830 Frokost.
" kl.0930 - 1200 Trening Bardufoss Storhall
" kl.1230 - 1400 Lunch på Bardufosstun
" kl.1400 - 1530 Fri og avslapping (vi ser nærmere på dette, kan bli en temabolk her)
" kl.1530 - 1800 Trening Bardufoss Storhall
" kl.1830 - 1930 Middag Bardufosstun
" kl.2030 Sosialt samvær med konkurranser, Quizz m.m. Sverrestua

Søndag kl.0730 – 0830 Frokost på Bardufosstun
" kl.0930 – 1200 Trening Bardufoss Storhall
" kl.1230 – 1330 Lunsj
" kl.1330 Rydde på hyttene/Annekset

OMROKKERINGER PÅ PROGRAMMET KAN BLI AKTUELT – mulig tur på Polarbadet.
(Betales av hver enkelt!)

Ansvarlig trenere: John-Ivar Johansen, Stig Fremnesvik, Kirsten Krane, Kjell-Ivar Robertsen, m.fl.
Det jobbes med flere men er ikke helt avklart ennå.

Norsk Friidrett Troms (Troms Friidrettskrets)

Postboks 16, 9251 Tromsø – Mobilnr. +47 995 77390 (leder) +47 988 44730 (nestleder)
E-mail: johnni9@online.no (leder) – og ar-hugo@online.no nestleder)
www.friidrett.no/kretser/troms - Org. nr. 984 109 164 – Kontonr. 4715 02 03097

Medlem av:

IAAF og EA via Norges Fri-idrettsforbund

Transport:

Hver enkelt klubb sørger for organisering av transport til Bardufosstun og kostnadene ved disse.

Overnatting:

Bardufosstun - på hytter, annekset og noen hotellrom – kanskje flatseng for noen i tillegg, koordineres sammen med Lerøy-samlingen. Utøverne må ha med seg soveposer – eventuelt sengetøy (laken, putevar og dynetrekk) for bruk.

Mat:

Se programmet over. All bespising foregår på Bardufosstun. Gi beskjed om allergier i påmelding.

Treningsutstyr/klær:

Det kan være kaldt i Bardufoss i november. Det kan hende at vi legger opp til utetrening, ta med nok klær og skotøy. Det blir en del forskjellige treninger, ta derfor med ute- og innesko – samt piggsko med maks 6 mm pigger og ekstra treningsskift. Drikkeflaske til treningene bør være med. Husk toalettsaker og håndklær. Vi kan ikke ta med håndklær fra Bardufosstun.

Egenandel pr deltaker: kr 500,- for de fra Troms og **kr 700,-** for deltakere utenom kretsen, så fremst vi har kapasitet. Inkluderer all overnatting og bespising. Kretsen sender ut faktura til lagene når påmeldingsfristen er gått ut og ut fra påmelding. Her gjelder NO SHOW regelen.

Påmelding

Meld deg på så raskt som mulig, **16.oktober 2018**. Påmelding skjer direkte til: ar-hugo@online.no eller på vedlagte påmeldingsliste (**skal benyttes slik den er satt opp og ikke forandres på**). Vi ønsker at lagene skal melde på utøverne samlet.

Mvh

Norsk Friidrett Troms

Johnni Håndstad

995 77 390

kretsleder

Kretsansvarlig 15 år +

Arne-Hugo Hansen

988 44730

