



Til lagene og alle 12 og 13 åringer og ungdommer 15 år +

Tromsø, 10.november 2019

INVITASJON TIL ÅRETS SISTE LERØY/UNGDOMSSAMLING I 2019 FOR JENTER OG GUTTER 12 OG 13 ÅR PÅ BARDUFOSSTUN I MÅLSELV 29.NOV.-1.DES. 2019 + PREMIERING AV KRETSCUPEN I FRIIDRETT 2019

1

Vi inviterer til årets siste LERØY-samling og Ungdomssamling 2019 for jenter og gutter 12 år og 13 år (som blir 13 og 14 år i 2020) og Ungdomssamling 15 år + i 2019 på Bardufosstun i Målselv 29.november-1.desember 2019. Samlingen er også åpen for deltakere utenfor kretsen.

Samtidig vil det bli premieutdeling for Kretscupen 2019 for jenter og gutter 13-19 år!

Foreløpig program: (kan bli forandringer underveis)

Fredag 15.mars

kl.18.00 – 19.00	Oppmøte Bardufosstun, registrering og kveldsmat
kl.19.00 - 19.30	Felles informasjon for alle i Sverrestua
kl.20.00 – 21.00	Mulig felles treningsøkt Bardufosstun evt. tema (ute hvis det ikke er for kaldt)
kl.21.00 -	Sosialt samvær

Lørdag 16.mars

kl.07.30 – 08.30	Frokost
kl.09.30 – 12.00	Trening Bardufoss Storhall
kl.12.30 – 14.00	Lunch Bardufosstun
kl.14.30 - 15.30	Fri og avslapping (vi ser nærmere på dette) Fukt – kanskje et TEMA.
kl.15.30 – 18.00	Trening Bardufoss Storhall (kan bli tur i Polarbadet – ta med badetøy)
kl.19.00 – 20.00	Middag Bardufosstun
kl.20.30	Sosialt samvær med premieutdeling kretscupen, konkurranser, Quiz m.m.

Søndag 17.mars

kl.07.30 – 08.30	Frokost
kl.09.30 – 12.00	Trening Bardufoss Storhall
kl.12.30 – 13.30	Lunsj på Bardufosstun
kl.13.30	Utsjekk – rydding hytter/rom - Klar for hjemreise

OMROKKERINGER PÅ PROGRAMMET KAN BLI AKTUELT

Deltakerne vil få nærmere beskjed om dette ved frammøte på fredag. **Se oppslagstavla!**

Ansvarlig trenere:

Lerøy: Line Hunstad (hovedleder), Kirsten Krane og Stig Fremnesvik.

Ungdom 15 år +: Jon Olav Bjørhusdal, John-Ivar Johansen, Tor Charles Holmgren (en dag), Stian Simonsen og Stig Fremnesvik er også tilgjengelig her.



Transport:

Hver enkelt klubb sørger for organisering av transport til og fra samlingen, og kostnadene med dette.

Overnatting og bespisning:

Alt foregår på Bardufosstun. Vi er opptatt av å bygge opp et nytt lag fram mot LERØY-lekene i 2019, og ønsker derfor at alle bor samlet – hvis mulig.

Mat:

Se programmet over. Gi beskjed om allergier i påmelding.

Treningsutstyr/klær:

All trening vil foregå i Bardufoss Storhall + (evt. en økt på Bardufosstun). Ta med både inne- og uteklær. Ta med overtrekkstøy, samt piggsko med maks 6 mm pigger og ekstra treningsskift. Drikkeflaske til treningene må være med. Husk toalettsaker og håndklær.

Egenandel pr deltaker: kr 500,- for deltakere fra Troms og kr 700,- for deltakere fra andre kretser.

Kretsen sender ut faktura til klubbene etter at påmeldingsfristen er gått ut. No Show-regel gjelder, som betyr at lagene betaler for de påmeldte – uansett om de kommer eller ikke.

Påmelding

Meld deg på så raskt som mulig, **senest lørdag 23.november 2019.**

Påmelding skjer direkte til: lhuns@online.no (Line Hunstad) for Lerøy og ar-hugo@online.no (Arne-Hugo Hansen) for 15 år + på vedlagte påmeldingsliste (**skal benyttes slik den er satt opp og ikke forandres på**).

PREMIEUTDELING KRETSCUPEN 13-19 ÅR vil foregå lørdag kveld i Sverrestua på Bardufosstun.

Vi ønsker alle velkommen til årets siste treningssamlinger i friidrett 2019!

Mvh

Norsk Friidrett Troms

Arne-Hugo Hansen, leder sportslig utvalg

Mobil 988 44730

Ansvarlig person Lerøy 2019

Line Hunstad, mobil 996 21499

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