



Velkommen til barmarkssamling sone øst.

Polarsletta, Vestre Jakobselv, lørdag 16. oktober 2021,

-for løpere fra 11 år til junior.

Program

Deltagerne vil bli delt inn i grupper etter alder.

11.00 – 12.30	Treningsøkt 1
12.30 – 14.30	Pause og servering av lunsj
14.30 – 16.00	Treningsøkt 2

Vafler og frukt etter siste treningsøkt.

Huskeliste

- Ekstra skift med tørt treningstøy
- Drikkebelte/ drikkeflaske
- Skistaver til løping
- Rulleski (skøyting), hjelm, staver, skisko (for de over 13 år)

Garderober

Vestre Jakobselv oppvekstsenter vil være åpent slik at man kan ta i bruk garderober og dusjer der.

Påmelding

Påmelding på dette skjema innen torsdag 14. oktober.

<https://forms.gle/fKzE5F14w5Ae8DhX8>

NB - de voksne må også melde seg på slik at vi har oversikt over hvor mange som kommer i forhold til matservering.

Kontakt

Spørsmål vedrørende samlingen kan rettes til leder av skigruppa, Birgitte Reisænen, tlf. 414 40 026 eller birgittereisan1@gmail.com

Polarstjernen dekker kostnader til mat og drikke under samlingen 😊

Velkommen til en flott dag med trening og moro i Vestre Jakobselv!