



JH-alpina kommitté i samarbete med ÖFS inbjuder till
JH-barmarksläger för distriktets U14-åkare
12-13 september 2020

Plats: På och invid Frösö Park.

Datum: Lördag 12 – Söndag 13 September

Samling: Lördag kl 10.00 Quality Hotel Frösö Park Sports camp hus 3 nedanför hinderbanan på baksidan av hotellet. Lägret avslutas på söndag ca kl 14.00.

Aktiviteter: Det kommer att bli massor av roliga träningspass inkl. cykling. Vi kommer att dela in oss i olika grupper och utföra övningar stationsvis. Detaljerat program delges vid lägerstart.

Avgift: 425 kr. Då ingår 2 luncher, middag samt frukost.

Vi sover i 4-bäddsrum i hus 3 på Frösö Sports camp. Tag med sängkläder och handduk.

Utrustning: Medtag träningskläder och skor för utomhusaktiviteter, något ombyte samt cykel och cykelhjälm

Ledare: Vi vill att EN ledare/förälder från varje klubb är med samt har cykel och hjälm med sig.

Corona: Vi kommer att begränsa antalet personer till max 50 personer totalt (åkare, ledare och föräldrar) och vi följer föreskrifter och rekommendationer från FHM i syfte av att minimera risken av smittspridning.

Dom medföljande ledare/föräldrar är välkomna att bo och äta med oss.

(Max antal boende är dock 50 pers)

Samma kostnad som för ungdomarna d.v.s. 425 kr inklusive boende och mat.

Bindande anmälan senast söndag den **6 september** till mail mattias.marktin@lundstams.se samt betalning till **ÖFS bankgiro 5215-1693**. **Anmälan och betalning önskas klubbvis**. Meddela även ev matallergi!

För ÖFS gäller enskild anmälan i separat excelark. På betalning ange U14 läger, klubb samt namn.

Frågor: Kontakta lägeransvarig Christina Marktin på mail christina.marktin@lansfast.se alt 070-9724047 eller Patrik Schjelvan, tränaransvarig på mail patrik@foodcatering.se alt 070-3417588

Välkomna till en rolig inledning på skidsäsongen 2020/21!