

Bredaryds SOK:s träningsläger Åhus 18-20/3 -2011

Boende i hotellvillor på Åhusstrand m dusch/wc, pentry med allt utom ugn, inkl. lakan och städning.

Kvällsmat fredag, frukost och lunch på lördag och söndag ordnar vi själva. Ett matlag per stuga står själva för inköp och tillagning. Organisera detta med dina stugkompisar.

Lördag kväll äter vi förbeställd sportmiddag (buffé) på hotellet.

PROGRAM

Fredag

- 16.30 Avresa klubbstugan. Chaufförer se separat information. De som springer natt-träningen åker ombytta.
- 16.50 Stopp vid **City Gross** parkering, Värnamo för att plocka upp Värnamoborna.
- 19.00 Ankomst och inkvartering i stugorna.
- 19.30 Avresa med bilar till natt-träningen. Gemensam start. Fantastisk terräng. Stigrikt

Lördag

- 09.00 Samling och avresa till teknik-pass 1
- Ca 12.00 Lunch. Fixar varje stuga själv.
- 14.00 Samling och avresa till teknik-pass 2
- 17.30 Sportmiddag på Hotell Åhus Strand. Varmrätt, dessert, sallad, smör bröd, måltidsdryck och kaffe.

Söndag

- 09.30 Samling och avresa till långpass
- Ca 13.00 Avslutning och hemfärd

Ta med Pannlampa, överdragskläder, vätskeflaska, inritningspenna (till banor) och ett glatt humör...

Telefonnummer Per 0722-481147
Håkan 0706-766948