

PM UPPSTARTSLÄGER

20-22 Augusti, Hällevik



SAMLING: 15.25 Fredagen den 20 augusti

ÅKER: 15.30

Körschema:

DIT:

Jacob E tar: Oliver K, Rasmus W, Bea

Sara S tar: Elin C, Wilja A, Emilia Ce

Selma L tar: Nike G, Lisa J, Isabelle H

Agnes L tar: Anna S, Vilma I

Emilia Ca tar: Saga B, Vera L, Lova

HEM:

Jacob E tar: Oliver K, Elin C, Wilja A

Sara S tar: Emilia Ce, Anna S, Rasmus W

Isabelle H tar: Nike G, Lisa J

Vilma I tar: Selma L, Agnes L, Bea

Saga B tar: Vera L, Emilia Ca, Lova

Träningschema:

Fredag: 18.00 - 19.00

Lördag: 08.30 - 10.00 / 16.00 - 17.00

Söndag: 08.30 - 10.00

Mat och logi:

Stugor är bokade. Viktigt att ni tar med egna sängkläder!

Det kommer vara helpension vilket innebär att vi kommer få alla måltider serverade.

OBS!

Om det blir ett liknande upplägg som förra året när det gäller maten kan det vara bra om ni har med er ordentliga skor som ni kan gå i, vissa måltider gick vi in till Nogesund som ligger ca 20 minuters promenad bort.

Ta gärna med någon typ av regnjacka eller liknande ifall det skulle bli dåligt väder.

Avanmälan: Om ni behöver avanmäla så gör ni detta snarast genom att ringa/SMSa Lova på **072-218 2007**

Har ni några frågor är det bara att höra av er!

Tränare: Lova Andersson, Beatrice Pap

Glöm ej:

Sängkläder, solkräm, badkläder, vattenflaska, utesor, landträningskläder/klubbkläder, handdukar, badmössa och glasögon.

Mellanmål fixar vi tränare till er!