

# KVERNELAND SKI

## VELKOMMEN TIL TRENINGSSAMLING LØRDAG 12. NOVEMBER 2016

Vi gjentar suksessen fra tidligere år og inviterer til treningssamling i/ved Frøyhallen lørdag 12. November 2016. Alle i Kverneland Ski er velkomne til denne samlingen. Det er bare kjekt om det er voksne med og ta med småsøsken om det skulle passe slik. **Barna på den yngste gruppa må ha med seg en voksen.**

### Dagen er lagt opp slik:

**09:30** Oppmøte ved Frøyhallen

**09:45 – 11:00** Rulleskitrening på alle gruppene. Forbehold om is/snø.

**11:00 – 11:45** Lunsj. Ta med mat og drikke.

### Under lunsjen blir det informert om Kverneland Ski og aktiviteter gjennom sesongen.

**11:45 – 13:30** O-løp i Njåskogen. Her må alle delta. Ungene og voksne deltar på lag.

Voksne må kjøre biler bort. Vi fyller opp bilene.

Husk 20 kr for betaling på parkeringsplassen.

Inneaktivitet når vi kommer tilbake inntil pizzaen er klar.

**14:00 – 15:00** Pizza

**15:00 – 16:30** Fotballturnering

Det blir servering av frukt, pizza og drikke.

0 – 6 år gratis

7 – 12 år 50 kr

13 – år 100 kr. Dette betales ved oppmøte til Ragnar.



Vi ønsker alle de nye spesielt velkommen for en kjekk og sosial dag sammen 😊

**Påmelding til Astrid innen 8.11.2016 på SMS til telefon 932 63 232**

### **Husk å ta med:**

- Niste og drikke til lunsjen
- Rulleski, staver, skisko, hjelm og refleksevest
- Klær og sko til o-løp
- Klær og sko til innetrening

Styret 😊