

Påskesamling 2014!

Sett av datoene 16-21 april med en gang! Da drar Raumar junior og senior til Eksjö i Sverige for å trene o-teknikk inn mot 10mila, som går av stabelen kun 2 uker etterpå.

Program for samlinga:

Onsdag: Avreise til Eksjö. Vi stopper på veien for å trene i Gøteborg. Derifra kjører vi videre ned til Eksjö.

Torsdag: Dag-trening og nattrening

Fredag: Dag trening og natt-test sammen med Tyrving og Halden

Lørdag: Dag trening og dag-trening

Søndag: Dag-testløp med Halden og Tyrving, samt nattrening

Mandag: Dag-trening + hjemreise

Bo og logi: Vi skal bo på Abborraviken Wårdshus, 2.8 kilometer utenfor Eksjö sentrum. Her vil det være enkle rom med tv, dusj, bad, golvvarme og inkludert frokost.

Transport: Vi er avhengige av biltransport. Dette vil si at vi trenger bilkapasitet til nærmere 20 personer! Vi trenger kjapt svar på hvem som kan kjøre!

Treninger: Vi vil benytte oss av 10mila sine relevante økter i nærområdet, samt samarbeid med Tyrving om øktplanlegging.

Konkurranser: Det vil ikke være innlagte konkurranser i denne samlingen. **Men vi skal trene flere høyøkter med Tyrving og Halden, og disse løpene vil telle som en del av uttaket til 10mila-lagene! Derfor bør alle som har ambisjoner om å løpe på 1. lag, men også være med på å styrke et godt 2 lag være med på samlingen.**

Kostnader: Raumar vil som vanlig dekke 50% av utgiftene. En egenandel vil ligge på cirka 1500 kroner(inkl transport). Denne kan hende justeres smått.

Påmeldingsfrist for påskesamlinga vil være 25 mars! Spørsmål til eskil.gullord@hotmail.com eller tlf 48074229

