Treningssamling Myrestølen, Beitostølen 27-29 august

Når: Fredag til søndag, avreise fra Hønefoss kl 1700
Hvor: Myrestølen, Javnlia, Øystre Slidre
Hvem: Generell treningssamling for alle i Ringerike o-lag
Program: Fredag – lett trening, kveldsmat og spillkveld
Lørdag- økt 1 O-teknisk trening ved hytta
økt 2 Løpetur til Beitostølen
Søndag Terreng-teknisk trening ved hytta
Ta med: Sovepose og laken, mat og drikke, treningstøy.
Vask: Våtklut eller bading i bekk……
Fellespølsemiddag lørdag
Påmelding her eller til Kristian 90505961:

Navn	Har bil