

Miljøsamling Skeikampen - Hamar Skiklubb – 1.-3. desember 2023



Vi ønsker alle deltakere hjertelig velkommen til årets miljøsamling på Skeikampen. Det blir flott å kunne samles en helg gjeng i skiløypene. Det ligger an til gode snøforhold, mange godt preparerte løyper, inspirerende treningsøkter og - ikke minst – hyggelig og morsomt samvær. Dette gleder vi oss til!

Vi skal bo på Thon Hotel Skeikampen. Hotellet ligger sør for skitrekket.

<https://www.thonhotels.no/hoteller/norge/skeikampen/>



Vi har håper også i år på et enkelt «smørekurs» og «teknikk-kurs» for foresatte som ønsker litt enkel innføring i smøring av ski og klassisk stil langrenn mens barna trener. For å vite hvor mange som er interessert i dette ber vi om påmelding til Erik Heggeland på 916 49 831, helst innen fredag 24. november.

Ellers kan det være greit å merke seg tidspunktene som er satt opp nedenfor ☺

PROGRAM:

Fredag 1. desember

Hver enkelt velger tidspunkt for avreise fra Hamar-området og ankomst Skeikampen.

13-16 årsgruppa gjennomfører trening 17.30 -18.45 fredag.

Kl. 19:00 – 20:00

Middag

Kl. 20:00 – 21:00

Samling i peisestua med hyggelig samvær, bli kjent og nyttig informasjon.

Lørdag 2. desember

Kl. 08:00 – 09:30

Frokost

Kl. 09:30 – 11:45

Gruppevis treningsøkt (tidspunkt tilpasses hver gruppe, trenere setter opp tid)

Kl. 12:30 – 13:30

Lunsj

Kl. 14:00 – 15:45

Gruppevis treningsøkt (tidspunkt tilpasses hver gruppe)

Tid kommer

«Teknikk-kurs klassisk - basis» - for foreldre

«Smøre kurs – nybegynnere» for foreldre

Kl.18:00 – 19:00

Middag

Kl.19:30 – 20:30

Sosial samling i konferansesalen med tradisjonsrik quiz

Søndag 3. desember

Kl. 08:00 – 09:30

Frokost

Kl. 09:30 – 11:45

Gruppevis treningsøkt (tidspunkt tilpasses hver gruppe)

Kl. 12:30 – 13:30

Lunsj

Kl. 13:30 –

Avreise

Ordensregel:

Ro senest klokken 2300

Rolig aktivitet og ikke løping i resepsjonsområdet.

Vel møtt😊

Med skihilsen fra Hamar Skiklubb