

Inbjudan till träningshelg i Åhus 10-12 februari 2017

I februari är det dags att åka till Åhus på klubbens träningsläger. Lägret där alla klubbens medlemmar är välkomna och med träningar som passar alla.

Det finns olika svårighetsgrader. Vit, gul, orange och svart nivå på samtliga träningspass. Vi kommer att bo i Strandvillan i norra delen av Åhus, precis vid havet och granne med PAN:s klubbstuga. Gå gärna in på www.strandvillan-ahus.se och läs om vårt boende. Vi kommer också att ha tillgång till PAN:s klubbstuga där vi duschar och bastar (den ligger på samma tomt som Strandvillan).

Vi åker från Karlshamn kl. 18:00 på fredag kväll. Vi flyttar in i Strandvillan och springer en natt-träning direkt därifrån. Efteråt duschar vi och äter lite mat. Efter frukost på lördag åker vi till träning i närheten av Furuboda. Efter träningen badar vi i simhallen, äter lunch och har lite paus i Furuboda. På eftermiddagen har vi ett nytt träningspass med dusch och bastu vid boendet. På kvällen blir det trevligheter och naturligtvis mat. Vi kommer att springa PAN Kristanstads vintercup på söndagen tillsammans med klubbarna i Kristianstadstrakten. Det blir gemensam start, valfritt antal slingor och på nivå som passar alla. Starten kommer att vara ca 500 meter norr om Strandvillan. Lägret kommer att avslutas i Furuboda med bad och lunch.

Välkommen med din anmälan på Eventor (med din inloggning), se under Klubbaktiviteter, eller till bigge@stigmannen.se. Hör även av dig för frågor. Anmälan senast den 22 januari.

Du kan anmäla dig till delar av lägret. Klubben subventionerar lägret. Kostnaden är 650 kronor för vuxen och 325 kronor för barn. Det kommer ett program med tid för de olika aktiviteterna och platser för träningarna ca 1-2 veckor innan det är dags att åka till Åhus.

Välkommen till klubbens läger för träning och gemenskap!

