

## Invitasjon til dalføresamling for langrennsløpere og skiskyttere lørdag 22. september

**Sted:** Meråker videregående skole, oppmøte på baksiden, mot skiskytterarena, kl 10.00



### Program:

#### 10.15-11.45:

Gruppe 2003-2006: Løpetur i nærområdet med ulike innslag. Ta med staver!

Gruppe 2007-2009: Løpsaktiviteter på Vardetun.

**12-13:** Lunchpause i kantina på Meråker vg. skole.

#### 13.15-14.45:

Gruppe 2003-2006: Rulleski klassisk (gi beskjed til egen klubb dersom du trenger å låne ski)

Gruppe 2007-2009: Hinderløype og basistrening. Ta med inneklær/sko!

Påmelding til Grete Estil på mailadresse [grete.estil@meraker-kurbad.no](mailto:grete.estil@meraker-kurbad.no) senest onsdag 19. september. Merk påmeldingen med fødselsår på utøveren. Egenandel på 50 kr pr utøver faktureres klubbene i etterkant.



På forrige samling på Selbuskogen var det rundt 40 glade utøvere på plass. Vi håper på minst like stor oppslutning nå ☺

