

OL Extravaganza

för alla orienterare 13-16 år

Inbjudan till uppstartsträff lördag 21 januari!

Vi startar med träning (löp/styrka) och efterföljande dusch vid Ica Maxi arena. Vid Uncle Joes kommer vi ha en kost- och träningsföreläsning av Karin Wennbo för att sedan avsluta med pizzabuffé och bowling!

OBS! Innan avslutad bowling så kommer vi ha ett möte för föräldrar med information om säsongens träningar, tävlingar och resor.

13.00 Samling vid ICA Maxi arena för träning.
14.30 Fika på Uncle Joes
15.00 Föreläsning
17.00 Pizzabuffé
18.00-19.00 Bowling

18.30 Föräldramöte i konferenslokalen

Anmälan senast 10 januari (ju tidigare desto bättre för bokning av bowlingbanor) till Lotta, sms 0706-654161 eller lotta@charlottendal.net

Välkomna!

Göran Gustafsson, Gotlands Bro
Vicki Olsson, Svaide Roma SOK
Lotta Dahl, Visborgs OK

