



JH-ALPINA KOMMITTÉN I
SAMARBETE MED ÖFS INBJUDER TILL
JH-BARMARKSLÄGER FÖR
Distriktets B-ÅKARE

Plats:	På och invid Frösö Park (Fd F4 området)
Datum:	Lördag 24 – Söndag 25 September
Samling	Lördag 10.00 vid gymnastiksalen, där vi också kommer att bo. Lägret beräknas sluta Söndag ca 15.00
Aktiviteter	Det kommer att bli massor av roliga teamövningar, kanot, cykel, löpning, golf m.m. och dessutom ett par träningspass med roliga övningar. Vi kommer att dela in oss i olika grupper och utföra övningar stationsvis. Detaljerat program delges vid lägerstart. På lördag kväll blir det film och annat skoj.
Avgift	300 SEK då ingår boende, aktiviteter samt mat från lördag lunch till söndag eftermiddagsfika.
Sova och Äta	Vi sover i gymnasalen där det finns toa och dusch. Vi äter alla måltider på Frösö golfbana och fikar på Frösöpark.
Utrustning	Medtag_liggunderlag, sovsäck, handduk, sovkläder, träningskläder och -skor för alla väder, stavar, <u>cykel</u> , cykelhjälm.

- Ledare Vi vill att minst en ledare/förälder/klubb följer med.
Även medföljande ledare/föräldrar är välkomna att bo och äta med oss. Samma kostnad som för ungdomarna dvs 300 SEK för "helpension".
- För de medföljare/vuxen som ej sover över finns även möjlighet att äta lunch och el middag till en kostnad av 70 SEK per måltid:
Den kostnaden betalas då direkt till FOOD.
- Anmälan Bindande anmälan senast den 16/9 till ÖFS-kansli, ekonomi@ofslk.se samt betalning till ÖFS bankgiro 5422-2559.
- Anmäl och betala helst klubbvis!
I anmälan ange "B-läger" och namn på deltagarna
På betalning ange "B-läger" och namn.
- Frågor Kontakta Pontus Sandell 070-6580530

Välkomna till inledningen av en kul och spännande skidsäsong 2011-2012!!!