



# Inbjudan

## Träningshelg #2, 16–18 februari

### Program

#### **Fredag 17:00 – Intervaller, Tybblelundshallen**

Tid bokad i Tybblelundshallen kl. 17:00. Möjlighet till alternativträning finns om man ej vill/kan delta på banintervaller.

#### **Lördag 09:00/10:00 – Skidor/distanslöpning, Ånnaboda**

Skidor/distanslöpning från Ånnaboda. Vi stämmer av in mot helgen vilka som vill köra vad, starttid, konstsnö/långspåren osv.

Bastu/relaxavdelning bokad efter träningspasset (packningstips: Badkläder). Klubben står för kostnaden.

12:00 Gemensam lunch i restaurangen (platser bokade). Klubben bjuder på lunch.

#### **Söndag 10:00 – Distanslöpning, Klubbstugan**

Distanslöpning från klubbstugan, Pettersbergs IP, följt av dusch och bastu.

Kaffe och gofika serveras efter träningspasset.

### **Anmälan**

Anmälan sker i Eventor, under Klubbaktiviteter.

[Eventor - Aktiviteter \(orientering.se\)](https://www.eventor.se)

Vi hoppas på ett stort gäng som vill få en bra träningshelg tillsammans!

/Elitkommittén (Oskar, Love, Filip)