

# **SØR-FRON IDRETTSLAG**

SKI OG FRIIDRETTSGRUPPA

## **Inviterer til**

### **Miljøsamling Fagerhøi 24. – 25. november.**

Ankomst Fagerhøi laurdag 24.11 kl. 09.00

Kl.10.00 1. økt - teknikk trening klassisk- skileik

Kl.12.00 Lunsj

Kl.14.30 2. økt - teknikk trening fristil- skileik

Kl.18.00 Middag

Kl. 20.00 Samling i peisestue med underholdning frå alle klubbane.

Søndag 25.11

Kl.08.30 Frukost

Kl. 09.30 1. økt lett intervall -fristil

Kl. 12.00 Lunsj

Kl. 14.30 2. økt klassisk rolig langtur

Kl. 16.00 Avslutning

Påmelding til Arne Børke tlf. 97 53 76 32 - e-post [arnb2@online.no](mailto:arnb2@online.no)

Pris kr. 650,- pr. pers. Ta med sovepose, lakenpose eller dynetrekk.

Hilsen skigruppa

Arne