

Foreløpig opplegg Fron ski vår/forsommer 2008.

Søndag 18. mai kl 16.00 Kvam idrettspark.

Først litt informasjon og prat inne, deretter lett treningsøkt, leik på og rundt fotballbanen. Joggesko.

Etterpå går vi inn og får litt servering og prater litt meir om opplegget framover.

Søndag 1. juni kl 16.00 Talgøbygget Lomoen.

Rulleski og joggesko. Ca. 1 time rulleski først før vi avslutter med litt på beina.

Fredag 13. - søndag 15. juni. Samling

Laurdag: Ski Sognefjellet. Kanskje ei anna økt på ettermiddagen.

Søndag: Ski Sognefjellet 2 økter. Lunsj på Sognefjellshytta

Veravhengig. Anna trening hvis altfor dårlig vær.

Kjem eigen informasjon om samlinga da vi må ha påmelding på grunn av reservering av hytter. Viktig at klubbene varsler alle aktuelle løpere.

Det blir **foreldremøte** for alle som har løpere som skal gå i 11 og 12 års klassa neste sesong, **torsdag 22. mai kl 18.30**. Klubbhuset Kvam idrettspark.

For dei som skal gå i klassene frå 13 år og oppover neste sesong vil vi etter dette fra ca kl **19.30** prøve å få til møte med ein og ein løper saman med foreldre. Dette er for å høre litt om kor mykje dei enkelte vil "satse" og det vil da bli lettare å sette opp eit individuelt opplegg for alle som ønskjer det. Tid for desse møta blir bestemt på treninga den 18. mai. Har du ikkje anledning til å komme på treninga, men ønskjer å vera med seinare og vil på møte, så ta kontakt med ein av oss.

Torunn Sigstad 99642654

Jo Kjørstad 91162475

Åge Rusten 91164520