

Program for Sognefjellsamlinga 11-13 juni.

Fredag 11.

Dei som vil ha ei økt fredag reiser opp og går slik dei vil da. Klassisk.

Meld gjerne fra til Åge om du har tenkt deg opp for å gå på ski fredag. Tlf 91164520.

Lørdag 12.06.

Kl 07.30: Frokost. Smør niste.

Kl 09.30: frammøte Sognefjellshytta. Skøyting. Roolig gåing med vekt på teknikk.

11.30: Reise ned til Vassbakken. Lunsj og kvile.

15.30: Barmarksøkt Skjolden. Lett intervall og leik??(fotball) etterpå.

18.00? middag, Grilling.

Søndag 13.06

Kl 07.30??: Frokost.

10.00: Frammøte Sognefjellshytta. Skøyting rolig langtur der vi ser litt på teknikk.

12.00?? lunsj.

14.00. Klassisk Frigåing, men vi samles og ser på litt teknikk.

Ca kl 15.30: Avslutning og hjemreise.

Fron ski.