



HEI ALLE LAG I FINNMARK FRIIDRETTSKRETS!

Finnmark friidrettskrets planlegger Lerøy og Gjensidige samling i
Rovaniemi, **03.-05 mai, 2024.**

Aldersgruppe: Fra 10 år, ingen øvre grense.

Litt om opplegget:

Trening: Vi planlegger treningsøkter både fredag, lørdag og søndag.

Program:

Fredag 03.05.2024

15.00: check in

16.00-18.00: Trening i hallen

18.00-19.00: Middag.

20.00-21.00: Sauna og svømming for de som vil det.

Lørdag 04.05.2024

08.00-09.00: Frokost

10.00-11.30: Trening, løp, kast og
lengde

12.00-13.00: Lunsj

13.00-15.30: Fri/shopping i
byen

15.30-17.30: Trening, løp, hopp og kast

18.00-19.00:

Middag

Søndag 05.05.2024

08.00-09.00:

Frokost

10.00-11.30: Trening, løp hopp og kast

12.00: Utsjekk.

12.00-13.00 Lunsj

13.00 Hjemreise

De som er i Lerøy alder, 13 og 14 år, og Gjensidige alder, 15-19 år, vil bli delt i grupper.

Trenere:

Mari Bjone vil blant annet bidra som trener på hekk og sprint.

Adresse:

v/Vidar Nilsen, Vannveien 13, 9511 Alta

Mobil: 915 75649

E-post: vidar.nilsen@boliginstituttet.no



- Opphold:** Friidrettskretsen betaler for overnattingen, mat (3 måltider pr dag) og leie av hallen.
- Skyss:** Lagene må selv ordne, og betale for skyss til/fra Rovaniemi.
- Egenandel:** **Kr 750 for utøverne og kr 1500 for foreldre/ledsagere.**
Trenere og alle som har oppgaver i forbindelse med samlingen må ikke betale egenandel. Klubbene vil bli fakturert i etterkant av samlingen, men er selv ansvarlig for inndrivelse av egenandel fra egne medlemmer.

Påmelding:

iSonen: <https://isonen.no/event/clr952qap01br553cng36axv6>

De som ønsker tilgang til iSonen, kan kontakte meg.

De som ikke melder på via iSonen, kan sende info til meg:

IngvildJohanne.Steinheim@friidrett.no

Følgende info må stå:

- **Navn og fødselsår på utøverne, dette for å vite om de skal delta på Lerøy, eller Gjensidige samlingen.**
- **Navn og roller på voksne som reiser med, om det er trener, ledsager eller foreldre.**
- **Hvem som skal overnatte på rom i lag, vi har 2 mannsrom og 4 - mannsrom tilgjengelig, flest 2 mannsrom.**
- **Allergier og annen viktig info.**

Påmeldingsfrist: Mandag 01.04.2024.

Med vennlig hilsen, på vegne av Finnmark Friidrettskrets og Alta IF:

Ingvild Steinheim
Daglig leder
Troms friidrettskrets
Finnmark friidrettskrets

Mobil: 97 09 15 46

e-post: IngvildJohanne.Steinheim@friidrett.no

Adresse:
v/Vidar Nilsen, Vannveien 13, 9511 Alta
E-post: vidar.nilsen@boliginstituttet.no

Mobil: 915 75649