



TEAM LERØY INNLANDET SAMLING

Vi ønsker velkommen til sesongens første Lerøy-samling fra torsdag 9 mai til fredag 10 mai. Samlingen finner sted på Lillehammer hvor vi skal bo på Scandic Lillehammer Hotel like ved Stampesletta hvor vi skal trene.

Vi oppfordrer til deltagelse på årets Land-stafett i Søndre Land 9 mai og så komme rett til Lillehammer når denne er ferdig

Samlingen er gratis for utøverne og dere melder dere på her:

Siste frist for påmelding er 7.april kl 23.59

PÅMELDINGSLINK: [leroy-samling-mai-2024-lillehammer.pdf \(friidrett.no\)](https://www.friidrett.no/leroy-samling-mai-2024-lillehammer.pdf)

Programmet er som følger:

Torsdag 9 mai

Kl. 10 – Oppmøte Stampesletta

Kl. 10.30 - 11.00 Felles oppvarming Hilde Hagevik Odde

Kl. 11.00 – 14.00 Lengde/Tresteg med Kåre Strande og Kule/Diskos med Truls Engen Olsen

Kl. 14.00 – 15.30 Lunch og innsjekking hotel

Kl 15.45 – 16.00 Kappgang med Hilde Hagevik Odde

Kl 16.00 – 18.00 Hekk med Kåre Strande og Sprint/Blokkstart med Dag Kåshagen

Kl 18.00 – 19.00 Middag og sosiale aktiviteter på klubbhuset på Stampa

Fredag 10 mai (økter i lag med vårt Gjensidige-team)

Kl. 08.30 – 09.00 Frokost på hotellet

Kl. 10.30 – 13.00 Første økt

Kl. 13.00 – 15.00 Lunch



Kl. 15.00 – 17.00 Andre økt

Kl 17.00 Hjemreise