



Trenings-samling i Ulsteinhallen søndag 29. november



**Møre og Romsdal Friidrettskrets i samarbeid med Sogn & Fjordane
Friidrettskrins inviterer til trenings-samling for utøvere fra 12 år og eldre
Lørdag arrangeres Sparebanken Møre leikane i hallen**

Program:

11:00-13:00 Første økt

Pause

14:30-16:00 andre økt



Utøverne blir delt inn i grupper etter alder/øvelse – og disse gruppene blir faste for hele samlingen

Påmelding [via denne linken](#) – senest tirsdag 24/11

På grunn av begrenset antall mennesker i hallen – så må vi prioritere utøvere – ikke plass til foreldre. Skal det bli ledige plasser – så kan foreldre komme inn og sitte på tribunen. Meld evt ifra til mrfriidrett@friidrett.no om noen foreldre vil sette seg på liste for dette

Det er begrenset antall som kan delta. Ser vi at det blir fullt – så kan påmeldingen bli stengt før fristen.

Egenandel kr 100,- betales ved påmelding

Covid-19:

- Samlingene blir arrangert i tråd med gjeldene smittevernregler – og ALLE må følge disse
- Har noen symptomer – så bli hjemme
- Kun de som er påmeldt på forhånd slipper inn i hallen

Smittevernregler innendørs:

- Små grupper – alle holder minst 1 meters avstand
- God håndhygiene
- Alt utstyr skal desinfiseres før og etter økten
- Alle tar med egen drikkeflaske

Overnatting:

Pga Covid-19 – er det nå kun tilbud om overnatting på hotell. Dette må deltagerne bestille selv -

Quality hotel Ulstein har følgende tilbud: **Bestillingsreferanse: #7206.**

Enkeltrom; kr. 650,- / Dobbeltrom; kr 820,- / Trippelrom; kr 1050,-

Mvh

Norsk Friidrett Møre og Romsdal

v/daglig leder Bente Krakeli

tlf 909 26 225

mrfriidrett@friidrett.no

Norsk Friidrett Sogn & Fjordane

v/daglig leder Asgeir Årdal

tlf 95776292

sof@friidrett.no