



Lerøy-samlinger for Oslo og Akershus 2022

Velkommen til årets Lerøy-samlinger for Oslo og Akershus sine 13- og 14-åringer!

Det hele braker løs med et **kick-off i Bærum idrettspark søndag 16. januar kl.14.00**. Her blir det informasjon, trening, team-building og sosialt samvær med pizza og quiz.

Meld dere på innen 14. januar! Påmeldingen finner dere [her](#). 😊

Gjennom hele «Lerøy-sesongen» blir det 4 fellessamlinger og 5 rene kretssamlinger. Her skal vi bli kjent, bygge et positivt lagmiljø, trene og ha det gøy. De fleste samlingene vil ha en blanding av trening og sosiale aktiviteter, mens andre kun vil ha et sosialt innhold.

Egenandelen på 750 kr. er en engangssum som kvalifiserer til deltakelse på alle krets- og fellessamlinger (totalt 9 samlinger).

Her ser dere en oversikt over de planlagte samlingene:

Måned:	Uke:	Hva:	Oslo	Akershus
Januar	2	Kick-off	16. januar	
Februar	6	Kretssamling		
Mars	10	«Fangene på fortet»	8.mars	9.mars
Mars/april	13	Kretssamling		
April	17	Kick-off utendørs	27. april	
Mai/juni	21/22	Kretssamling		
Juni	25	Sommersamling	22. juni	
August	34	Precamp		
September	35	Lerøy-lekene 3.-4. september		
	36	Finalesamling	7. september	

Datoer/uker kan endre seg, men varsles da i god tid før påmelding til hver enkelt samling.

På den første samlingen vil dere møte alle de fire hovedlederne for Oslo og Akershus. De skal bidra til å skape et godt fellesskap, og de er der for å motivere og passe på at alle har det bra både på samlingene og på selve Lerøy-lekene. Dere kommer til å bli godt kjent!

Oslo:	Akershus:
Karoline Heiland og Mauritz Kåshagen	Marianne Husby og Hallgeir Martinsen

Vi gleder oss til å komme i gang og håper dere har lyst til å bli med på å skape gode, felles friidrettsminner! 😊

Har dere spørsmål, ta kontakt med meg på sonju.mari@friidrett.no eller på 958 18 965.

Ta gjerne en kikk på Oslo og Akershus Friidrettskretser sine [Lerøy-sider](#)!

Mvh Mari Sønju

Kretskonsulent i Oslo og Akershus Friidrettskretser