



TRENINGSSAMLING MONTE GORDO VINTERFERIEN 2020

FIK Orion og Løten Friidrett inviterer til treningssamling i Monte Gordo, på Algarvekysten i Portugal, 15. – 26. februar 2020. Samlinga er åpen for utøvere fra klubber i Hedmark og Oppland, og støttes av friidrettskretsene med kretstrenere i lange kast (Arild Busterud) og mellom-/langdistanse (Mari Ann Bentdal). I tillegg vil det være sprinttrenere fra Orion med på samlinga.

Avreise fra Gardermoen lørdag 15. februar, hjemreise fra Faro onsdag 26. februar.

Vi håper du har lyst og anledning til å være med på samlinga. De yngste som kan delta er de som blir 15 år i 2020 (født i 2005 eller tidligere). Det er ingen resultatkrav for å være med, men utøverne må ha godt treningsgrunnlag og være treningsvillige.

Hotell	Dunamar – Vi bor i store leiligheter for 6 personer, 3 soverom, 2 bad, stor stue og fullt utstyrt kjøkken.
Bane/trening	Det er flotte stier (furuskog) rett fra hotellet, til friidrettsbana med fast dekke er det ca 2 km. Der er det også innendørshall for friidrett og bra utstyrt styrkerom. Rett utenfor stadion er det egne baner for de ulike kastøvelsene. Treningsavgift på bana dekkes av hver enkelt utøver/klubb (5 euro pr gang).
Pris	Ca kr. 8.000,- (kan variere litt ut fra pris på fly/valutaendringer). Dette dekker reise/opphold, transport til fra flyplass/hotell samt frokost og middag på hotellet. NB! Forsikring samt reise til/fra Gardermoen må ordnes av hver enkelt.
Påmelding:	Bindende påmelding, påmeldingsfrist 15. oktober. Påmelding til: Sven Amundrud, E-post svenamun@online.no (mobil 930 65 526) Oppgi navn, fødselsår, klubb, øvelse, E-post og mobilnr. Ved påmelding.

Med hilsen

FIK Orion og Løten Friidrett

- Mer info om hotellet finner du ved å søke på på Hotel Dunamar Monte Gordo