

Dagssamling 18. Mai Frøy Ungdom Terreng

18. mai kjører vi dagssamling med utgangspunkt i Haraløkka for hele barne og ungdomsgruppa!! Samlingen er lagt tilrette for alle barn og unge som ønsker å sykle i terrenget. Ungdom fra landeveisgruppa er også hjertelig velkommen til å prøve seg med oss på stiene i østmarka.



Dagsplan for ungdom:

- | | |
|---------------|---|
| 09:30 – 09:45 | Oppmøte ved Haraløkka P-plass, sekker med skift og lunsjbidrag legges i Friluftsbarnhagen/Speiderhytta på Haraløkka. |
| 10:00 – 12:00 | Sirkeltrening/hinderløype med sykkel!!
De eldre rytterne tar ansvar for hver sin gruppe av yngre ryttere og gjennomfører sirkeltrening/hinderløype på sykkel.. |
| 12:00 – 13:00 | LUNSJ Friluftsbarnhagen/Speiderhytta (alle tar med seg lunsjbidrag, se egen mail) |
| 13:00 – 14:30 | De ulike gruppene kjører en hardøkt i konkurransetraséen for den nye NM løypa. |
| 14:30 -> | Vi sykler til Nøklevann og bader.. de som er tøffe nok iallefall ☺ |

TA MED: sykkelstæs, tørt og varmt skiftetøy fra topp til tå, badetøy, et bidrag til lunsjen (mer info om dette kommer på mail etter påmelding). NB! Vi er ute hele tiden, ta med klær etter forholdene.

PÅMELDING: bindende påmelding innen mandag 5.mai på <http://palissoft.no/pmdb/?arid=2684>. Foreldre som deltar og ønsker lunch må også melde seg på (slik at vi får dimensjonert riktig). Dette gjelder også trenere.

FORELDREHJELP 1): Vi trenger 4 foreldre som kan hjelpe til med lunsjen. Dere må være på plass mellom kl. 9.45 – 10.15 for å ta imot mat som barna har med, og fra kl. 11.30 – ca 13.30 for å ordne lunchen (sette ut brød/pålegg/drikke, rydde mellom hver «bordsetning» og etterpå). Vi har kjøkken i barnehagen, det blir kjøpt inn engangstallerkner/kopper og det skal spises ute.

FORELDREHJELP 2): Vi trenger 4 foreldre som kan sette opp og ta ned et stort partytelt hvis dårlig vær. Teltet skal stå oppe fra kl. 11.00 – ca kl. 13.30. Meld fra i kommentarfeltet om du kan hjelpe til med lunsj eller telt. Eller begge deler ☺