



Kostnad: 1600 kr

Team Future

- Ungdomsläger Äldre -

-97 samt -98

- Ort:** Hjörring, Danmark 14-16 mars 2014.
- Samling:** Fredag 14 mars, Kl 08.30 inne i Stenas Lines terminal, Emigrantv 20, Göteborg.
Samåk gärna. Kartlänk: <http://kartor.eniro.se/m/nIzu2>
- Kostnad:** 1600 kr per simmare, faktureras föreningen.
- Boende:** Danhostel Hjörring (Lakan, täcke & kuddar finns på plats.)
- Mat:** Helpension på Danhostel Hjörring.
OBS! Kom ihåg att meddela ev. specialkost vid anmälan.
- Träningstider:**
- | | | |
|--------|----------------------|----------------------|
| Fredag | Prel kl. 16.00-18.00 | |
| Lördag | Prel kl. 09.00-11.00 | Prel kl. 16.00-18.00 |
| Söndag | Prel kl. 09.00-11.00 | |
- Mattider:**
- | | |
|--------|--------------------------------|
| Fredag | Prel Kl. 18.30 |
| Lördag | Prel. Kl. 7.30 / 12.00 / 19.00 |
| Söndag | Prel. Kl. 7.30 / 12.00 |
- Mellanmål:** Medtag egen frukt m.m. som mellanmål, speciellt under båtfärden på fredagen. Obs! Inget Godis!!
- Utrustning:** Träningsutrustning inkl. vattenflaska, platta, dolme & paddlar, ev. mediciner och nattsaker.
- Hämtning:** Söndagen den 16 mars, kl. 17.25 vid Stena Lines terminal.
- Mål:** Att regionens ålderstoppar får träffas, träna ihop och inspireras inför framtiden.
- Uttagna simmare:** Se www.vssf.nu
- Anmälan/Återbud:** **Det är krav på att använda talongen på sista sidan för att få delta på lägret! Fyll i och returnera den till VSSF kansli, kansli@vssf.nu, senast den 27 februari.**
Därefter meddelar vi aktuella reserver om de skall delta!
OBS! Vi förutsätter att simmarna kan träna under lägret, d.v.s. man stannar hemma om man är sjuk alt. skadad!
VSSF förbehåller sig rätten att skicka hem skadade/sjuka simmare från sammankomsten och i det fallet fakturera föreningen totalkostnaden för simmaren!
- Ansvarig tränare:** Ann Mårdbrink, Alingsås SLS Tel: 0703-787 991
Ass. tränare: VSSF återkommer med namn efter TF möte 19/2 2014.

Hjärtligt välkomna till Team Future!



Anmälan läger Team Future Äldre

Skicka anmälan till: kansli@vssf.nu gärna **omgående**, dock senast torsdagen den 27 februari 2014.

OBS! Lämna svar oavsett om du tänker delta eller ej.

DELTAR
DELTAR EJ

Simmare

Namn:

Mobilnummer:

Storlek på tröja:

Klubb:

Klubbadress:

Klubbadress:

E-mail kontaktperson:

E-mail Förälder:

Mobiltel förälder:

Annat som vi bör veta typ. allergi/sjukdom/medicinering/specialmat osv:

För kännedom för tränarna på lägret

Specialsimsätt:

Tränar antal ggr/v:

Simmar normalt antal meter/pass:

Hemmatränare:

Tränar Tel: