



**Öppet hus Katedralskolan Cykelgymnasiet Skara och
ungdomsläger 24-26 oktober. SCF i samarbete med RIG cykel
Skara (Födda 98-99)**

Ta chansen att besöka Katedralskolan och Cykelgymnasiet i Skara, passa på att träffa tränarna för RIG och se lokalerna som Cykelgymnasiet har till sitt förfogande. Under fredag och lördag hålls det även ett läger i samband med detta för alla födda 98-99.

Torsdag 24 okt

Öppet hus på Katedralskolan 17:00 – 20:00

Fredag 25 oktober läger 10:00 – 19:00

Information och frågestund kring cykelgymnasiet med bl.a. SCF Jonas Ljungblad och Anders Ljungberg. Träning, teori (Nutrition och bål-knä stabilitet) samt skador med Annie och Lina.

Lördag 26 oktober läger 08:45 – 15:00

Träning och Teori med Mattias Reck SCF samt föreläsning av Lars Ekberg/Glenn Magnusson Mentala förberedelser RIG.

Tränare: lars.wahlqvist@skara.se
jan-olof.rundqvist@skara.se

Anmälan senast 14:e oktober till: kansli@scf.se

Vänligen uppge namn, adress och telefonnummer i anmälan.

Boende: Julia Hotell 375kr./pers. i 4 bäddrum/ inneboende av någon av våra elever.

Bidrag till resa (billigaste resväg) och uppehälle kan erhållas av Idrottslyftet och ansökan görs av era klubbar i efterhand.

