



AVSLUTNINGSLÄGER ÅNNABODA 19-20 MAJ



Hej alla badmintonvänner!

Den 19-20:e kommer vi att anordna ett träningsläger i Ånnaboda. Lägret är öppet för alla spelare i klubben såväl barn, ungdomar och seniorer. Dessutom inbjuds föräldrar, om de inte önskar träna kan de få hjälpa till med mat och fix runt omkring. Även syskon är välkomna i mån av plats så anmäl gärna alla som vill med till en början!

Preliminärt upplägg av lägret

Vi kommer att åka dit under morgonen/förmiddagen på lördagen. Sen följer ett träningspass efter ankomst. Det kommer inte att vara något badmintonspel utan träning utomhus i form av löpning, kondition & styrkeövningar och lekar. Alla kan vara med efter egen förmåga. Sen inkvarterar vi oss i stugorna och äter lunch. Vi kommer att bo i 7-manna stugor där alla deltagare fördelas ut i passande konstellationer. Föräldrar som inte vill vara med och träna hjälps åt med matlagning och fix i stugorna. Alla insatser är värdefulla oavsett storlek!

Under lördagseftermiddagen följer ytterligare ett träningspass följt av mellanmål. Kvällen bjuder på kvällsmat i form av korvgrillning ihop med någon rolig kvällsaktivitet t.ex. brännboll eller liknande. Övernattning till söndagen. Under söndagsförmiddagen hålls det sista träningspasset innan avfärd hemåt sker vid lunchtid.

Specifika tider skickas ut minst en vecka innan lägret! Transport sker av föräldrar, vi alla får hjälpas åt att samordna så att alla har en plats i en bil till/från Ånnaboda.

Visst låter detta som en rolig helg att avsluta säsongen med?

Kostnad

Kostnaden för lägret är 200 kr/person, (från och med tredje personen i samma familj gäller 150 kr för person 3 och 4 osv). 150 kr gäller om man endast deltar en av dagarna. I avgiften ingår både mat och stugplats under helgen!

Anmälan

Anmäl namnen på de som vill vara med till Niklas via mail eller sms/mobil, senast den **5 maj!**
Niklas mobil: 076-238 95 10. Mail: snillenne@hotmail.com

Det finns 40 sovplatser, först till kvarn. Vi prioriterar spelare framför syskon om det är så att intresset blir väldigt stort. Men förmodligen får alla som vill plats!

Hör av er vid frågor och funderingar!

Med vänliga hälsningar

Ledarna i Carlton

