



# TRÆNINGSLEJR



**15. – 17. september 2017 i Terslevhallen**

Træningslejren er for alle medlemmer - nye som gamle medlemmer, ældre som yngre. Du skal blot være gammel nok til at tage vare på dig selv. Der vil være træninger på alle dage - flere om lørdagen. Klubbens ånd følger med til Terslevhallen. Du er med på dit niveau og med det dit krop kan klare. Du må godt springe nogle træninger over, lige vel må du også gerne træne ekstra. Udover klubbens egne trænere, vil der komme tre gæstetrænere.



Klubbens tanke med lejren er, at vi skal træne kickboxing, som vi elsker, det skal være sjovt og der skal hygges. Da vi gerne vil have så mange med som muligt, prøver vi at gøre det så billigt som vi kan. Heldigvis har vi en god sponsor i REMA 1000 i Ølstykke, som plejer at støtte træningslejren med diverse madvarer. Prisen for træningslejren vil være 200 kr., som skal betales via mobilepay på 5056 3815 med navn + lejr i besked **senest den 10. september.**

Vi mødes om fredagen kl. 18 i klubben. Forventet hjemkomst søndag ved 13-tiden.

I prisen indgår overnatning, samt mad lørdag og søndag. Der er ingen mad fredag, så tag en madpakke med.

I Terslevhallen kan du enten sove i hallen, eller i dit medbragte telt på udeområdet.

Vi glæder os til at se dig .



Hilsen Aktivitetsgruppen

Medbring: Sovepose/dyne, pude, lagen, luftmadras eller liggeunderlag, drikkedunk, eget kampudstyr, løbesko, træningstøj ude- samt indendørs, toiletsager, håndklæde, sygesikringsbevis samt en masse skiftetøj. Evt. rulleskøjter så vi kan rulle en hyggetur

