

# Välkommen på IK Hindens träningshelg på Öland



Lördag och söndag den 31/8-1/9 2024 är alla träningsgrupper i IK Hinden välkomna att delta på en gemensam träningshelg på norra Öland. Vi tränar och bor på Högby IFs fina anläggning i Löttorp.

## Preliminärt program

### Lördag

- 8.00 Samling för samåkning från simhallsparkeringen i Nybro. Vi kommer troligen behöva hjälp av några föräldrar med transport, vi återkommer när vi vet antalet deltagare.
- 10.00 Träningsdagen startar
- 12.00 Lunch. Efter lunchen installerar vi oss i stugorna.
- 14.00 Träning
- 18.00 Kvällsmat på restaurang Kalk i Löttorp

### Söndag

- 8.00 Frukost
- 9.30 Träning
- 12.00 Lunch
- 13.00 Hemresa

Det kommer även finnas tid till gemensamma aktiviteter och bad.

Vi kommer att bo i 4-6 bädds stugor med gemensamt kök där vi fixar mat tillsammans.

## Kostnad

Kostnaden blir 300 kr per deltagare, resterande kostnad står klubben för.

## Anmälan

Anmälan görs via mail till [m.johnsson74@gmail.com](mailto:m.johnsson74@gmail.com), senast den 15 augusti.

Uppge namn, födelseår och eventuella allergier.

Vid frågor kan ni kontakta er tränare eller, Mårten på 072-218 60 02.

Vi ser fram emot en rolig helg tillsammans!

Hälsningar från alla tränare i IK Hinden

