

Träningsläger 2025 3/5 -4/5

Hej!

Nu är det dags för träningsläger igen och det kommer att bli i Åhus i år också. Bindande anmälan 15 april på tävlingsanmälan som öppnar inom kort. Jag har bokat 2st 4bäddsstugor med toalett och dusch i, man behöver ta med sig sängkläder (lakan, påslakan mm) Det går att boka till mer stugor om intresse finns. Det kommer att ingå Lunch, pizza på kvällen, frukost och övernattnig. Förhoppningsvis får vi en solig och givande träningshelg så in och anmäl er.

Lö 08.45 avfärd från graalstugan till Kristianstad arenaområde

10.00-12.00 Intervaller på löparbanorna i Kristianstad. Omklädning och dusch sedan avfärd till Åhus camping och incheckning i stugorna.

Ca 14.00 lunch

Ca 16.00 Distanspass i skogarna runt campingen

Ca 18.30 beställer vi pizza som vi äter i vårt förtält

Sön 08.00 städning av stugorna sedan frukost och efter det Långpass 10-25km

Frågor kan ni ta med mig jonas@skgraal.se eller 070-8856184

Välkomna // Jonas Almarsson

