



Inbjudan till ”Utvecklingsträff/Läger” för Friidrottare 15-20år (-01 till -95)

Syftet med Utvecklingsträffen är att våra ungdomar ska få möjligheten att träffa aktiva och ledare från Västsverige samt träna och umgås med dem under en hel helg. Första dagen fokusera vid teknik träning. Andra dagen är någon färre tränare och då körs stationsträning där man blandar olika fysiska kvalitéer med betoning på koordination och styrka.

Följande ledare är preliminärt klara att hjälpa till en eller två dagar (ledarlistan uppdateras kontinuerligt)

Sprint: Steffen Fricke & Markus Sparrman **Medel/långdistans:** Peter Johansson & Lovisa Lindh

Häck: Katrin & Marie Klaup **Längd:** Ulf Sjöberg & Erik Olsson **Höjd:** Janne Wanhainen **Stav:** Anders Höjer

Tresteg: Mikael Bentblad **Kula:** Anders Lundell **Diskus:** Philip Åman **Slägga:** Micke Johansson

Spjut: Anna Linner

Uttagna

Ansvariga inom respektive förening gör uttagningar efter bästa förmåga. Ta hellre med en för mycket än en för lite. Hemortstränare är givetvis också välkomna att delta en eller två dagar och få nya intryck, tips, övning m.m.

Datum och plats

Ryahallen i Borås 7-8 nov. Samling
lördag kl. 10.30 omklädda i Ryahallen Borås.
Avslutning söndag senast kl 15.00

Kostnad

Nettokostnad/deltagare med logi på Scandic Hotel 550kr/person (300 kr/person utan logi) I priset ingår lunch och middag på lördag, frukost (för den som har logi) och lunch på söndag. Efter lägret söker UC Väst Idrotts-lyftsbidraget på 600 kr/aktiv och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening och UC Väst fakturerar föreningen deltagaravgiften och hela Idrottslyftsbidraget. Det innebär 1150 kr/aktiv (900 kr utan logi).

Anmälan

Klubbvis senast 23 oktober. Via hemsidan www.ucvast.se. Följande uppgifter behöver vi: kontaktperson, namn, gren, födelseår, förening, om ni behöver logi och ev. matallergi. Bekräftelse kommer direkt på hemsidan. O.B.S. Vi har bokat 180 st bäddar... först till kvarn gäller.

Logi & personnummer

Listan på vem som kan bo med vem och personnummer (10 siffror) på alla deltagare skickas en vecka innan lägret till anders@ucvast.se allt för att underlätta rumsfördelningen och redovisning. 1-2-bäddsrum (extra kostnad för enkelrum) för ledare i första hand och 3-4-bäddsrum för aktiva. Vi förbehåller oss rätten att fördela rummen. Ev. avanmälan ska ske på samma adress (sen avanmälan görs på tel. 0736-50 60 75).

Upplysning

Anders Gren 073-650 60 75. **Kom träningsklädda.**

Välkomna!