

Inbjudan till

”Utvecklingsträff/Läger” för 13-14 år (-03 till -04) i Borås

UC Väst inbjuder till ”Utvecklingsträff/Läger” för 13-14 åringar 7-8 jan 2016. Lägre, som är ett breddlager, syftar till att ungdomar i Västsverige ska träffas och umgås över klubb- och distriktsgränser samt grengrupper. Det är också tänkt att hemortstränarna ska kunna vara med och inspireras samt utbyta idéer med varandra.

Första dagen två pass fokusera på teknik träning där man väljer två grenar. Andra dagens pass körs stationsträning där man blandar olika fysiska kvalitéer med betoning på koordination och styrka. Vi har valt att använda oss av unga tränare/ledare från Västsverige.

Uttagna

13-14 åringar (födda -03 och 04). 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, övningar m.m.

Datum och plats

Ryahallen i Borås 7-8 jan 2017. Samling lördag kl. 10.30 omklädda. Avprickning sker förenings vis från klockan 10.00 . Avslutning söndag senast kl. 12.00

Kostnad

Nettokostnad/deltagare med logi på Scandic hotell 480kr/person (280 kr/person utan logi) I priset ingår lunch och middag på lördag, frukost på söndag (för den som har logi). Efter lägre söker UC Väst Idrottslyfts-bidraget på 400 kr/aktiv och RF betalar sedan ut bidraget direkt till er förening och UC Väst fakturerar föreningen deltagaravgiften och hela Idrottslyfts-bidraget. Det innebär 880 kr/aktiv (680 kr utan logi).

Viktig information

UC Väst står för aktiviteterna på lördagen 10.30–19.00 och på söndagen 09.00-12.00. Övrig tid ansvarar föreningarna själva för ordningen. Varje förening ska skicka med en ledare, tränare eller förälder. Föreningar som bara skickar några deltagare kan prata med någon annan deltagande klubb som kan hjälpa till med tillsynen. Det också bra höra av sig mig för att tips om någon förening som kan hjälpa till. Transport mellan Ryahallen och hotellet & lunch restaurang ansvaras av föreningarna själva för.

Anmälan

Klubbvis senast 15 dec. Direkt på hemsidan www.ucvast.se. **Vi behöver namn, val av två grenar, förening, hela personnumret på den aktive och ev. matallergi. Bekräftelsen på att du anmäl hittar du under deltagare på.** Vi förbehåller oss rätten att ställa in grenar med för få deltagare och vissa grenar körs antingen förmiddag eller eftermiddag. O.B.S. Vi har bokat 100st bäddar... först till kvarn gäller.

Grenar

Följande grena finns att välja på. Sprint, kort häck, medeldistans, höjd, stav, tresteg, längd, kula och spjut.

Logi

Hotell Scandic som ligger 2 km från hallen. **Listan på vem som kan bo med vem skickas en vecka innan lägre 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).

Uppllysning

Anders Gren anders@ucvast.se 073-650 60 75. **Kom träningsklädda.**

Välkomna!