

SKITRENING

Etter haustferien startar me opp att med skitrening **tysdagar og torsdagar kl. 17.30**. Passar for dei frå 4. klasse og oppover. I haust vert det barmarkstrening ute med avslutning i gymsalen. De må ha med uteklede, gode springesko, refleksvest og korte skistavar til «elghufs» og innesko. Me vonar å få litt betre kondis før sesongen gjennom å svette litt, men mest leik og moro. Me håpar på tidleg sno i langrennsløypa i Huka slik at me kan kome i gang med skiaktivitet. Me vil nok også prøve å få til ei skisamling på «Gazastripa» på Rauland før jul.

Viktig: Dei fyrste tysdagstreningane skal me ha rulleskiskule saman med andre unge frå Morgedal, Brunkeberg og Ordal i området kring Haugerød og Nilssen (fram til det vert glatt eller strødd). Dette er både for dei som aldri har prøvd rulleski før og for dei som har prøva litt. Me har rulleski til utlån, men skulle de ha egne er det fint om de tek dei med. Det er også ein fordel med stavar med rulleskipigg, men me har nok også det meste av dette til utlån. Hugs hjelm, lang treningsbukse, skihanskar og refleksvest.

Treninga startar i **Brunkeberg kl. 17:00**. **Avreise Høydalsmo 16.30**. Vonar foreldre har høve til å køyre til trening. Det vert ikkje sett opp køyreliste.

Mikkel 90662415 og Gunnar 95110274

