



Innbydelse til sprintsamling søndag 1. mai

Samlingen er for alle fra 13 år og eldre (født 2003 og tidligere)

Hvor

Økt 1: [KM-sprint for Akershus og Oslo OK](#), Nesodden

Økt 2: Sprinttrening i Drammen. Oppmøte på Brandengen skole kl 16.30

Målet med samlingen

Trene sprint. For juniorer og seniorer arrangeres [NM-sprint](#) en uke etter 7. mai. Dette er god trening fram mot NM.

Program

- 11.00 Første start KM-sprint AOOK. Alle er ansvarlig for selv å melde seg på til dette løpet i [Eventor](#)
- 16.30 Oppmøte på Brandengen skole, Iver Holters gate 48, 3041 Drammen, for sprinttrening. (Påmelding i Eventor innen 27. april)
- 18.00 Felles pizza på Peppes i Drammen. Bord blir bestilt til alle påmeldte til samlingen.

For de som ønsker er det mulig å delta bare på økta i Drammen.

Ta med

Treningstøy og sko til to sprintøkter

Transport

Hver klubb sørger for transport av sine utøvere. Ved behov for skyss, ta kontakt med Isa Heggedal.

Kostnader

Alle betaler kjøring direkte til sjåfør. Ta med penger til pizza. Kretsen dekker kartutgifter til Trening.

Påmelding

Påmelding på [Eventor](#) innen søndag 27. april

Kontaktperson og ansvarlig for samlingen

Isa Heggedal, isaheg@online.no tlf 91162287

Velkommen til to gode sprintøkter!