

PM läger Älvdalen 2010.

Datum: 14-16 maj

Plats: Älvdalen

Samling: Den 14 maj klockan 18:00 utanför hotell Älvdalen

Logi: På hotell Älvdalen i fyrbäddsrum

Mat: Middag 19:00
Frukost 08:00
Lunch 12:00

Träning: Lördag 09:00-11:00 (distans)
16:00-18:00 (tröskel)

Söndag 09:00-11:00 (distans)
15:00-16:30 (fart)

Kostnad: 645kr per deltagare (faktureras tillhörande klubb)

Medtag: Sänglinne, simustrustning, simtillbehör (platta, dolme, fenor), överdragskläder.
Eventuell träningsdagbok osv.

Fredagen: På fredagen samlas ni 18:00 vid hotellet. Därefter får ni rumsfördelningen av Anna Westling. Efter inpackning serveras middagen 19:00.
Ca: 20:00 blir det brännbollspel.

Söndagen: På söndagen serveras ingen middag utan varje förening/simmare får stå fixa detta själv. Lägret slutar 16:30 efter sista passet.

Övriga frågor: Kontakta Andreas Bostedt 0760 24 24 87 (Jag dyker upp på fredag natt)