

Program:

- Fredag 15.00 Avreise frå Årdalstangen (ca. tid).
18.00 Trening på Skistadion, klassisk stil (me køyrer ned på stadion).
- Laurdag 08.30 – 10.00 Trening, klassisk stil (oppmøte på Hydrotun)
15.30 – 16.30 Trening, fristil (Skistadion dersom dette er mogeleg)
18.30 Felles middag på Peppes Pizza (andre måltid kan avtalst innbyrdes)
- Søndag 08.30 Trening, klassisk stil (oppmøte på Hydrotun)

Me må være litt fleksible på treningstider og stilart. Dette er vær og føreavhengig. Trening på Skistadion er normalt ikkje eit problem, men med eit lite forbehold om eventuelle arrangement. Værmeldinga for helga ser ok ut. Litt snø, men så lenge temperaturen held seg under 0 trur eg det blir fine forhold.

Løyperapport blir oppdatert her kvar dag: <https://beitolangrenn.no/>

Eigenandel:

Dei som ikkje har leigd eigen hytte, eller utøvarar som reiser åleine, betlar inn eigenandel på kr. 700,-.

Utstyrliste:

- Sengeklede (laken, dynetrek, putetrek) eller sovepose
- Eit par handdukar for dei som skal være med på alle øktene
- Utstyr til klassisk og fristil (alternativt kombiutstyr). Klassisk ski må være reingjort i forkant.
- Varmt treningstøy, vinterjakke, hanskar, lue, vintersko. Pass på å ta med nok ullundertøy.

I år er det behov for litt ekstra foreldrehjelp (Lars-Eigil har ikkje anledning til å være med). Setter pris på om i alle fall dei yngste har med seg ein på øktene. Elles prøver me å finne treningsområde der me kan holde gruppa samla.

Hytteoversikten er slik:

- Even
- Juraj + Trond Eirik
- Rune Blikken
- Rune Sanden
- Jan Stian
- Hanne Katrine + Svein Erik
- Sipke