



VÅRLÄGER

2018

Nyköpings kanotklubb bjuder in till läger i Vibäck 27-29 april.

Vi kommer att paddla, springa och ha kul. Träningen kommer att delas upp efter hur mycket man är van att träna. För de som är 12år eller yngre är det bra om det finns en förälder/ansvarig med under hela lägertiden. Till alla övriga föräldrar behöver vi ett telefonnummer som lämnas vid anmälan.

Packlista:

Träningskläder för paddling och löpning. Tänk på att ta med flera ombyten, lakan, örngott och handduk och annat som du behöver.

Tider:

Vi träffas vid kanothuset och packar kanoter, paddlar mm på fredag 27 april klockan 16:30 och åker gemensamt till Vibäck. Lägret avslutas efter städ, mellanmål och återresa till klubben på söndagen ca klockan 17:30.

Förtäring:

Det kommer att finnas frukost, lunch, middag och mellanmål till alla deltagare. Meddela eventuella allergier vid anmälan.

För att kunna genomföra lägret behöver vi föräldrar som hjälper till med handling, matlagning, båtar mm, meddela om du kan ställa upp så delar vi på arbetet. Det behövs bilar till att skjutsa deltagare, kanoter och packning till och från lägret.

Anmälan görs senast **21 april** antingen via anmälningslista på klubbens anslagstavlan eller via mail på följande adress: kanotvarlager2018@gmail.com

VÄLKOMNA!

Frågor: Mårten 070-6090538 alt. Peter 070-9206688

Vägbeskrivning: www.viback.se

Info: Planering kring t.ex gemensamma matinköp, bilar etc sker via facebook