



VÅRLÄGER

2019

Nyköpings kanotklubb bjuder in till vårläger i Vibäck 3-5 maj.

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 **3 maj** klockan 16:00 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. På anmälningslistan fyller man i vad man kan tänka sig hjälpa till med. Saknas det tillräckligt med personer så kommer jag fördela ut resterande uppgifter bland övriga deltagande vuxna/deltagandes föräldrar. När vi delar på arbetet så behöver var och en inte göra så mycket.

Anmälan görs senast **21 april** främst via anmälningslista på klubbens anslagstavlan för att underlätta fördelning av uppgifter. Funkar inte detta kan ni även maila svar på följande adress: marten.ribbhagen@scania.com

Välkomna!!

I samband med årsmötet (20/3) tänkte jag informera om lägret samt sätta upp anmälningslistor!

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

Vägbeskrivning: www.viback.se

Övrigt: Jag har från tidigare år förslag på shoppinglista samt middagar/luncher.