



Hans Wickbom

2017-02-16

Trängsläger Sävsjö information

Välkommen till skyttelägret i Sävsjö. Kul att lägret är fulltecknat

I år är lägret lite annorlunda upplagt med mer styrd skytteträning. Detta gör att du inte kommer skjuta lika mycket som du gjort de senaste åren. Effekten av lägret hoppas jag ska bli minst lika bra som tidigare.

Vi bor i år på Vrigstads Vårdshus men äter luncherna som tidigare på Ljunga Park. Vrigstads Vårdshus har gym och spa så det finns möjlighet att träna både inomhus och utomhus fredag och lördag kväll.

Viktigt att du som fått förhinder att delta i lägret anmäler det till undertecknad så tidigt som möjligt. Detta medger att reserverna kan få plats.

Deltagare

Andreas Fredriksson
Jenny Stenberg
Hans Wickbom
Christina Bengtsson

Aktiva

Anton Berneving	OK Gipen
Tove Brattgård	T 2 IF
Julia Davidsson	OK Klemmingen
Elin Djupsjö	Halmstad Garnisons IF
Terese Eklöv	Tumba-Mälarhöjden OK
Alma Embretsen	Täby OK
Johan Hagströmer	OK Klemmingen
Terese Herlin	Attunda OK
Sara Holmdell	Göteborg-Majorna OK
Martin Jansson	Häverödals SK
Johan Lidström	Häverödals SK
Linus Olsson	OK Gipen
Desire Rex	Göteborg-Majorna OK
Pernilla Sirviö	I 19 IF
Frida Wallström	Göteborg-Majorna OK

Reserv

Sylvia Ågren

Åskådare

Roger Djupsjö Halmstad Garnisons IF



Hans Wickbom

2017-02-16

Program

Dag	Verksamhet	Plats	Ant
Fred 03-10			
Em/kv	Ankomst	Vrigstads Värdshus	För de som kommer tidigt finns möjlighet att träna.
Ca 2130	Kvällsmörgås	Vrigstads Värdshus	
Lör 03-11			
0700	Frukost	Vrigstads Värdshus	
0745	Avresa Sävsjö		
0800	Skjutträning	Skyttehallen	Inledande genomgång därefter inskjutning
1000	Fmfika	Fikarummet Skyttehallen	
1030	Skjutträning	Skyttehallen	
1230	Lunch	Ljunga Park	
1330	Skjutträning	Skyttehallen	
1500	Emfika		
1600	Avresa Vrigstad		
1630	Fysisk träning	Vrigstad	
1800	Årsmöte	Vrigstads Värdshus konfrum	Orienteringsskyttesektionen och Föreningen Orienteringsskyttarna. Repr för MKF medför fullmakt till sektionens årsmöte.
1930	Middag	Vrigstads Värdshus	
Sön 03-12			
0700	Frukost	Vrigstads Värdshus	
0745	Avresa Sävsjö		
0800	Skyteträning	Skyttehallen	Skjutning med puls
0930	Fmfika		
1000	Skyteträning	Skyttehallen	Skjutning med puls
1300	Lunch	Ljunga Park	
1330	Avslutning	Ljunga Park	



2017-02-16

Hans Wickbom

Utrustning

Utöver skytteutrustningen tar du med dig träningskläder för träning både inomhus och utomhus samt badkläder om du vill utnyttja spa-anläggningen efter träningarna. **Miss inte hörselskydd!!**

Övrigt

Du som representerar ett MKF under sektionens årsmöte lördag kväll medför fullmakt att få föra ditt MKF talan och rösta vid årsmötet. Alla aktiva får delta i årsmötet och framföra synpunkter men endast de med fullmakt får rösta.

Du som har någon matallergi meddelar Hans Wickbom detta senast 1 mars. (Desiré Rex och Terese Eklöv klara.)

VÄLKOMMEN

Hans Wickbom