

”Snabbare i det långa loppet”

Uppföljningsträff för medel- & långdistans i Göteborg



När: 7-8 Oktober 2022

Var: Billingeus, Skövde

Boende: Billingens Stugby. Del i stuga eller vandrarhem (**medtag sängkläder och handduk**)

Transport: Bekostas av var och en själva. Vi föreslår samåkning. Det går även att åka tåg till Skövde. Billigast via Västtrafik-appen från ”Göteborg Central” till ”Billingeus”, kostar 105kr enkel (lokalbuss från Skövde till Billingen). Fredag 15.32 från Gbg till Billingen. Lördag 16.49 från Billingen-Gbg.

Kostnad: 400 kr (och ev. anmälningsavgift till tävlingen). I det ingår boende, mat på närliggande restaurang Berget och föreläsning. Kostnaden faktureras din förening i efterhand.

Deltagare: Löpare och tränare som är anslutna till GFIF:s föreningar. Du ska vara född senast 2005 och ha ambitionen att under de kommande åren utvecklas som löpare.

Anmälan: Till Torbjörn Nilsson – tnilsson9@hotmail.com **senast lördag den 24/9**

Notera vid anmälan om du har någon specialkost.

Anmälan Billingeusloppet: Senast 4 oktober till Torbjörn Nilsson – tnilsson9@hotmail.com

Ange klass så gör vi en samlad anmälan för hela gruppen.

Info tävlingen: <https://www.ifkskovde-skidklubb.com/tavlingarocharrangemang/Billingehusloppet/>

Frågor: Besvaras av Torbjörn Nilsson (0739-20 70 52)

Preliminärt Program

Fredag

17:20 Ankomst Skövde/incheckning

17:50 Träning (distans)

19:15-20:15 Middag

20:30-22:00 Gemensam aktivitet/tränarmöte

”Snabbare i det långa loppet”



Lördag

08:30 Morgonjogg/promenad

09:30-10:30 Frukost

10:30 Utcheckning

10:45-12:30 Föreläsning

12:30 Fika

14:00/14:15 Träning/Tävling

16:00 Lunch-middag & Avslut

17:00 Hemresa (16:49 om man tar buss/tåg)

VÄLKOMNA!!!