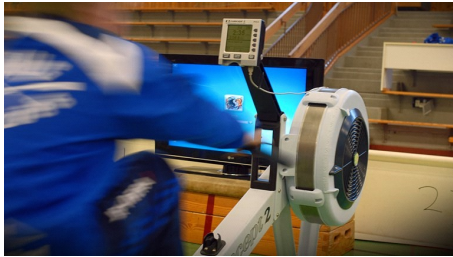


#Roligtmedrodd 2023



Välkomna till #ROLigtmedrodd i Trollhättan den 4-5 februari !

Den 4-5 februari bjuder Västra Roddistriktsförbundet in till #ROLigtmedrodd läger i anslutning till inomhusroddstävlingen i Trollhättan. Passa på att träffa likasinnade ungdomsroddare från hela landet. På lägret kommer vi att simma och hoppa i hoppborgen med instruktör. Vi blandar träningar, lekfulla tävlingar och utbildning.

Lägret är också tänkt som en motivationskälla för er ledare där ni träffas och utbyter erfarenheter tillsammans med ledarkollegor från andra föreningar. Nyutbildade ledare får chans att inspireras av och praktisera tillsammans med mer erfarna ledare.

Vart bor vi?

Vi kommer att bo på Hotell Swania i 4 bädds rum. Frukost, lunch och middag ingår.

Vilka kan vara med?

Du är mellan 10 och 14 år, simkunnig, tycker att det är kul med rodd och medlem i en förening. Vi ser gärna att varje deltagande förening ställer upp med minst en ledare.

Vad kostar det?

Kostnad för läger per barn/ungdom/ledare, inklusive mat och boende: **100 kr** för dig som är medlem i Västra Roddistriktsförbundet. För övriga, i mån av plats, är kostnaden **600 kr** per barn/ungdom/ledare. **MAX ANTAL DELTAGARE 50 ST !**

Vilka tider gäller?

Vi samlas efter inomhustävlingen den 4 februari. Från kl.17.00 finns ledare på plats som tar hand om deltagarna på lägret. Vi avslutar på söndagen den 5 februari ca kl.15.30.

[Anmälan](#) till Roy Olausson, 0708-780363 eller roy.o@hotmail.com, **senast den 22 januari 2023**, meddela specialkost och ev allergier.

Frågor: Roy Olausson, 0708-780363 eller roy.o@hotmail.com

Varmt välkomna hälsar

Västra Roddistriktsförbundet

