

Inbjudan Höstläger, Bosön 28/10-1/11 2020

Allmänt

Breddläger för juniorer födda 2003, 2004, 2005. Ansvariga klubbtränare avgör om roddarna är mogna/motiverade att delta på läger med två träningspass per dag samt föreläsningar! Vid tveksamheter hör av er till undertecknad. Vi jobbar förstås med coronaanpassningar ihop med Bosön för allas säkerhet!

Transport/Resa

Arrangeras av deltagarna själva. Samåk om möjligt.

Båtar

Lånas ihop från klubbarna i Stockholmsområdet.

Tränare/Ledare

Gärna minst en tränare/ledare från varje klubb. SR kommer också att arrangera utbildning i samband med lägret. Separat inbjudan angående detta kommer!

Upplägg

Onsdag samling Bosön 16.00. Kläder för träning barmark påtagna!

Torsdag, fm rodd och em träning på land

Fredag, fm rodd och em träning på land

Lördag, fm rodd och em träning på land

Söndag, fm rodd, hemresa efter lunch på Bosön ca 13.00.

Rodd i första hand i 2x, 4x, och 8+. Mer information/PM kommer skickas ut efter anmälningstidens utgång.

Boende/Mat

Boende och måltider (helpension) på Bosön, Lidingö.

Ekonomi

Deltagaravgift ca 2 500kr, vilken inkluderar helpension (boende plus frukost, lunch, mellanmål och middag), träningslokaler, båtlån. Resa till och från lägret bekostas och arrangeras av deltagarna själva. Kostnaden för elever på RIG Rodd Sandagymnasiet bekostas av skolan.

Anmälan

Anmälan av både roddare och ledare görs av en ansvarig per klubb till Malin Källström senast 27 september. OBS! Ange eventuella allergier/kostrestriktioner i anmälan. Vi följer givetvis FHMs rekommendationer. Senast 3 veckor innan lägret fattas beslut om att genomföra/inte genomföra med tanke på smittspridning och risker.

Övrigt

Frågor och funderingar? Tveka inte att höra av er till:

Malin Källström, malin.kallstrom@rodd.rf.se, 076-6955011