



Arve, Audun, Kjersti og Stein inviterer til

## Treningssamling for alle Mårenløpere søndag 3. april.

Har det begynt å krible i beina?

På Bommen tiner det fort nå, og fuglene synger. Skogen er klar, er du?

Her er litt praktisk info om treningssamlingen

- ▣ Fremmøte: klubbhuset ved Myklerudbanen (ved FV157)
- ▣ Tid: Søndag 3. april fra kl 10 til 14.30
- ▣ Passer best for aldersgruppen 8-82 år

Program:

- ▣ Kl 10-12: O-teknisk trening i skogen, på Svestadtjernkartet
- ▣ Kl 12-13: Lunch. NB! Ta med matpakke selv, vi lager kaffe, te og saft!
- ▣ Kl 13-14.30: Vi løper treningsløyper på Bommenkartet

Send en påmelding på e-post til

Kjersti ([khh1@online.no](mailto:khh1@online.no)) eller Stein ([stein.turtumoygard@fortell.net](mailto:stein.turtumoygard@fortell.net))

## Velkommen til o-sesongen 2016

