



**BUL ski og skiskyting inviterer til
Sonesamling lørdag 6. januar
og
BUL-stafetten søndag 7. januar 2018**

Sted: Kaiskuru skistadion og Bossekop

Rennleder: Doris Johansen og Arvid Pedersen, mobil 995 85 562

Sonesamling- fristil 11-16 år, lørdag 6. januar 2017

Program

- 09:45 Fremmøte Kaiskuru skistadion
- 10:00 – 11:30 Skitrening gruppe 11-12 år, trener Petter Eliassen og Tonje Emaus
- 10:00 – 12:00 Skitrening gruppen 13-14, trener Henriette H. Mikkelsen og David Vik
- 10:00 – 12:00 Skitrening gruppen 15-16 år, trener Daniel Strand
- 11.30 Lunsj ved Kaiskuru Nærmiljøsententer 11-12 år
- 12.00 Lunsj KNS 13-16 år

Etter lunsj skal alle møte ved gamle Bul-huset ved Bossekop skole (ved Skøytebanen).

- 13.00-13.45 Gruppen 11-12 år. Aktivitet: Basis med Sigurd Beldo





Gruppen 13-16 år. Aktivitet: Skøytebanen med Karl Atle Johnsen

13.45 - 14.30 Gruppen 11-12 år. Aktivitet: Skøytebanen med Karl Atle
Gruppen 13-16 år. Aktivitet: Basis med Sigurd

14.45 Alle: Foredrag med Tor Oskar- psykisk og fysisk utvikling 11-16 år på nye BUL-huset
Breverud

Ledere og trenere som ønsker, deltar på de treningsgruppene der det er naturlig.

Smørebua er åpen for preparering av ski fra klokken 15.00 til 18.00

NB: MAN MÅ MELDE SEG PÅ SONESAMLING FOR SEG OG STAFETT FOR SEG I MINIDRETT

Påmelding sonesamling

Påmelding sonesamling via MinIdrett innen torsdag 4. januar kl. 23:59

Betaling for sonesamling

Utøvere kr. 200,-

Ledere som ønsker å spise lunsj kr. 50,-

BUL stafetten fristil – søndag 7. januar 2017

Stafetten inngår i SNN – cup. Alle som deltar får 100 poeng

Tomannstafett, fristil

Fortløpende start fra kl 11.00, Kaiskuru skistadion





klasse 11 og 12 år 2 x 2 x 700 m

klasse 13 og 14 år 2 x 2 x 1,1 km

klasse 15 og 16 år 2 x 2 x 1,1 km

klasse 17 år - 2 x 3 x 1,1 km

Påmeldingsfrist parstafett

Individuell påmelding via Minldrett innen fredag 5. januar kl. 23:59.

Rennleder + forespurte trenere fra andre klubber tar ut stafettagene. Lagene tas ut på tvers av klubb og kjønn for å knytte løperne mer sammen og å oppnå jevne stafettag.

Startkontingent

11-16 år kr. 100,- pr. deltaker

junior kr. 115,- pr. deltaker

senior kr. 130,- pr. deltaker

NB! Husk startlisens fra fylte 13 år

Engangslisens kr. 50,- for løpere f.o.m. 13 år – t.o.m. 25 år

kr. 130,- for løpere f.o.m. 26 år

Betaling

Startkontingent og lunsj faktureres klubbvis, sammen med sonesamlinga.

Enkeltpersoner, som ikke skal faktureres via klubb, betaler startkontingent (og evt. lunsj lørdag) til konto 4901.23.73111 innen påmeldingsfristen stafett fredag 5. januar kl. 23.59 (dokumentasjon på innbetaling medbringes søndag).

Klubber (utøvere) som eventuelt har behov for overnatting bes ta kontakt med arrangementsansvarlig Doris Johansen 995 85 562 eller Aina Nordstrand på mobil 977 43 501 eller ski@bul-alta.no





Mvh

BUL ski og skiskyting

