



Program för Snöläger i Högbo Bruk 2022

Torsdag 1/12	6.15	Samling Bussbyvallen. Samtliga för fördelning av packning mm.
	6.30	Avresa
	8.50-9.10	Bensträckare Cirkel K Gnarp
	11.00	Lunch IKEA Valbo
	12.30	Incheckning Vandrarhem Sandviken 11 rum & Kök
	13.30-15.30	Träning Skate
	17.00	Middag Restaurang
	18.00-20.00	Egna aktiviteter
	20.30	Kvällsfika Vandrarhemmet (Gabriel, Rickard)
	21.30	Natt!
Fredag 2/12	07.00	Frukost Vandrarhemmet. Vi gör mat (Urban, Emil)
	09.00-11.00	Träning
	12.00	Lunch Restaurang
	14.00-16.00	Träning
	17.00	Middag Restaurang
	19.30-20.30	Gemensamma aktiviteter Vandrarhem (Håkan)
	20.30	Kvällsfika i Länergården (Rossa)
	21.30	Natt!
Lördag 3/12	07.00	Frukost Vandrarhemmet. Vi gör mat (Anna, Malin)
	09.00-11.00	Träning
	12.00	Lunch Restaurang
	14.00-16.00	Träning
	17.00	Middag Vandrarhem
	18.30-20.30	Egna aktiviteter och godis
	20.30	Kvällsfika i Länergården (Lila)
	21.30	Natt!



HÄGGLUNDS SK

SKI TEAM ÖRNSKÖLDSVIK SWEDEN

Söndag 4/12	07.00	Frukost Vandrarhemmet. Vi gör mat (Maria, Håkan)
	09.00-11.00	Träning
	11.45	Lunch Restaurang
	12.30-14.00	Packning och städning SAMTLIGA
	14.00	Hemresa NÄR ALLA ÄR KLAR
	19.00	Preliminär ankomst Bussbyvallen

Bra att veta: Vi sover i vandrarhem där det finns sängar, täcke, kudde. Toalett och dusch finns i korridor utanför rummen. Det ingår sängkläder och handduk. Vi har tillgång till ett stort gemensamt kök samt matsal. Wifi. Vallautrymme finns men ej vallaställ. Eventuella allergier meddelas till Rickard Fröier innan avresan.

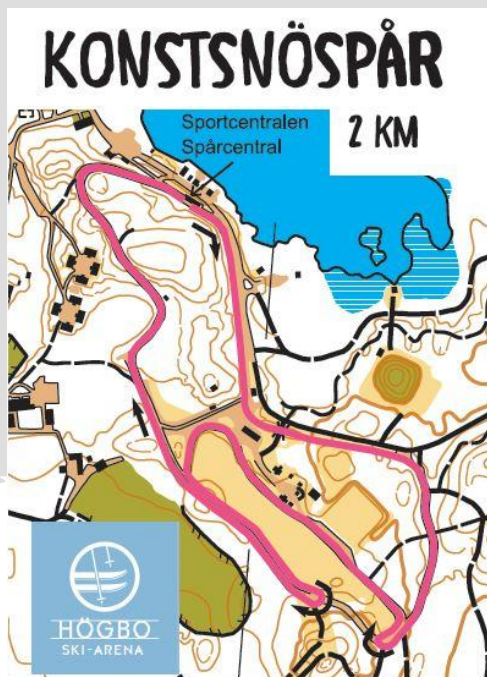
Bra att ta med sig: Kläder= flera par underställ och ombyten, träningskläder, varma kläder (det kan vara kallt!), handduk och schampo. Skotork, galgar, pannlampa, vätskebälte, löparskor, spel, kortlek, badkläder, skidutrustning för båda stilar, lite fickpengar kan vara bra att ha om man vill köpa något på resan eller på plats.

Regler: Är man förkyld eller sjuk ska man ej med på lägret, för både sin egen och andras skull. Vi lägger oss senast 22.00. Tänk på att det är viktigt att vi äter och sover bra, så vi får ut något av vår träning och inte blir sjuka nu när säsongen startar. OBS GODIS MM SPAR VI TILL LÖRDAG! Telefoner ställer vi på tyst läge eller stänger av efter 22.00.

Kostnad lägeravgiften Swish till 123-419 88 91 Märk: Namn Högbo. OBS innan avresan senast måndag den 28 november 2022.

Telefon lägerledare:	Rickard Fröier	070-63 30 808
	Urban Edlund	070-66 88 671

Väl mött till en kanonhelg i Högbo Bruk, Sandviken





HÄGGLUNDS SK

SKI TEAM ÖRNSKÖLDSVIK SWEDEN

Namn	Bil	Rum	Grupp	Kostnad	Kategori
Malin Ahlqvist	Egen	F	Förälder	2135	Förälder
Anna Persson	Egen	F	Förälder	2135	Förälder
Agnes Lundgren	1	G	Lila	1000	Ungdom
Neo Ahlqvist	1	H	Lila	1000	Ungdom
Sigrid Persson	1	G	Lila	1000	Ungdom
Julius Gidlund	2	H	Lila	1000	Ungdom
Melwin Alexandersson	Egen	H	Lila	607	Tränare
Urban Edlund	Bil1	A	Lila	1250	Tränare
Maria Gustafsson	Egen	E	Rossa	807	Tränare
Vilmer Fröier	3	K	Rossa	1250	Ungdom
Alma Gyllroth	Buss	I	Rossa	1250	Ungdom
Tuva Landfors	Buss	I	Rossa	1250	Ungdom
Malte Gyllroth	2	K	Rossa	1250	Ungdom
Nils Åberg	2	K	Rossa	1250	Ungdom
Ville Åberg	2	J	Rossa	1250	Ungdom
Rickard Fröier	Bil3	L	Rossa	1250	Tränare
Ville Vestin	3	K	Rossa	1250	Ungdom
Oscar Gustavsson	2	K	Rossa	1250	Ungdom
Erik Gustavsson	Buss	J	Rossa	1250	Ungdom
Håkan Wallberg	Bil2	C	Rossa	1250	Tränare
Emil Gyllroth *	Buss	B	Rossa	1250	Tränare
Nils Wallberg	Buss	J	Rossa	1250	Ungdom
Martin Nilsson	Buss	J	Rossa	1250	Ungdom
Linnea Arnlöf	Buss	I	Rossa	1250	Ungdom
Noa Rindeskog	Buss	J	Rossa	1250	Ungdom