



**FRISKA VILJOR ALPINA KLUBB**

Slalomvägen 20

891 30 ÖRNSKÖLDSVIK

Org. nr: 889601-1874

### **Träningsläger Kåbdalis 2019, 30/10 – 3/11 för U12-U16**

Det drar ihop sig till FV Alpinas första snöläger i Kåbdalis. Lägret riktar sig till åkare i grupperna U12-U16 och genomförs helgen vecka 44, ankomst onsdag kväll den 30/10 och hemfärd söndag den 3/11. Detta innebär fyra dagars skidåkning där vi siktar på två pass per dag. Vi reser upp i egna bilar, ni som inte har skjuts, v.v. meddela i god tid så att vi kan se över möjligheten till samåkning. Ersättning för drivmedel vid samåkning görs upp med förare för respektive bil. Vi behöver även fördela ut material så att vi får med oss utrustning för träning.

#### **Boende**

Vi kommer att bo i ett hus som heter "Davids" (samma som förra året) samt ev. ett boende till beroende på antal deltagare. "Davids" rymmer ca 12 personer, kanske några till på luftmadrass. Sannolikt kommer vi även behöva boka en stuga till så att alla får plats då f.n. 16 personer har visat intresse. **Obs!** Kolla gärna på deltagarlistan som bifogas så att undertecknad inte missat någon.

#### **Måltider**

Det finns bara en enkel lanthandel i Kåbdalis. Bäst är därför att samordna handling i förväg och fixa mat och fika tillsammans.

#### **Skidåkning/Träning**

Skipass/liftkort löser vi på plats i Kåbdalis. Tilldelning av stråk görs vid tränarmöte kvällen innan. Vi kan därför inte nu säga vilka träningstider som gäller under lägret. Ta med slalomskidor, storslalom för de som har samt eventuellt twintip.

#### **Anmälan**

V.v. anmäl antal deltagande så snart som möjligt, dock senast 2019-10-11. Anmälan sker till Henrik på tel 076-815 59 14 eller [Henrik.Lindgren@skanska.se](mailto:Henrik.Lindgren@skanska.se).

#### **Betalning**

Kostnad för detta läger är f.n beräknat till 1000:- per deltagare för fyra nätters logi och måltider. Kan ändras något upp/ned beroende på hur många vi blir. Inget prisavdrag kan tyvärr göras för den som avser komma på en kortare vistelse då vi har samma kostnad för boendet under hela perioden. Liftkort tillkommer och löses på plats, se priser på <http://www.kabdalis.com/liftkort.php>

FV Alpina genom Henrik

**Anmälda deltagare per den 4/10**

- 1 Marcus Uhlir
- 2 Malte Uhlir
- 3 Nike Högdahl
- 4 Mattias Högdahl
- 5 Henrik Lindgren
- 6 Olle Lindgren
- 7 Ingrid Lindgren
- 8 Jonas Tullnär
- 9 Alicia Tullnär
- 10 Nathalie Tullnär (i mån av plats)
- 11 Daniel Hamrin
- 12 Elina Hamrin
- 13 Jonas Lundqvist
- 14 Ester Dahlqvist
- 15 Lydia Ödmark
- 16 Lotta Westman (prel.)