

Samling Lillehammer 23. – 25. september 2016

Fredag 23. september

Oppmøte: Kl. 19:00 på Birkebeineren Skistadion (bak tidtakerbua på skiskytterstadion). Møt i treningsklær, klar for en liten joggetur + bevegelighet.

20:30 Møte

21:00 Kveldsmat + sosialt

23:00 God natt

Lørdag 24. september.

08:00 Frokost

09:00 1. økt. Skyting (inkludert skytetest) + Rulleski komb.

12:00 Lunsj

15:00 Intervall – løp motbakke (ta gjerne med korte staver).

17:30 Middag

19:00 Møte + sosialt

23:00 God natt.

Søndag 25. september.

08:00 Frokost

09:00 Skyting – komb. Styrke + rulleski

12:00 Lunsj

13:00 Avreise