

Samling Dombås 20. – 22. august 2021

Fredag 20. august.

Oppmøte: Kl. 19:00 på Trolltun (vandrehjemmet). Møt i treningsklær, vi starter med en enkel joggetur.

Dersom du ikke rekker å komme til 19:00 er det helt greit, send da en sms til Syver: 997 03 775.

20:30 Kveldsmat

21:00 Møte – Bli litt kjent + gå gjennom samlingsplan.

23:00 God natt

Lørdag 21. august.

08:00 Frokost

09:00 1. økt: Intervall I5 – skigang (uten staver).

12:00 Lunsj

14:00 Møte om skyting. Tilpassing av gevær.

15:00 2. økt: Skyting – Jobbe med skytestilling.

Rulleski skøyting + Styrketrening

18:30 Middag

20:00 Møte + sosialt

23:00 God natt

Søndag 22. august.

08:00 Frokost

09:00 1. økt. Langtur – løp

11:30 Lunsj

12:30 2. økt. Skyteøkt ink. Skytestes

Avreise ca. 14:30