

Välkommen på läger i Vättlehallen!

Måndag 14 augusti- fredag 18 augusti



Träningen under lägret på is leds av våra tränare Girts Jekabsons, Daniel Carlswärd Jelizaveta Kopaca, Sofia Ozolins och även övriga tränare i Lerums kk

Åkarna delas in i grupper efter tävlings- och kompetensnivå så att alla åkare får den bästa träningen efter sin nivå. Gruppindelningen kan komma att justeras av tränarna inför eller under lägret med hänsyn till åkarens nivå eller antalet åkare i respektive grupp. Tränare kan också göra viss justering i schemat och i tränarbesättningen om de finner det nödvändigt efter att alla anmälningar inkommit.

- **Alternativ 1, tre ispass per dag och ett off ice pass**

Tre ispass á 50 minuter som eventuellt också kan schemaläggas som 2 längre ispass för vissa åkare samt ett fyspass per dag. Kostnad: 2990 kr inklusive lunch. För externa åkare är kostnaden : 3300 kr.

- **Alternativ 2 , två ispass per dag och ett off ice pass**

Två ispass á 50 minuter samt ett fyspass per dag. Kostnad: 2 300 kr inklusive lunch och mellannål. För externa åkare är kostnaden 2700 kr

- **Alternativ 3 - ett ispass per dag**

Ett ispass per dag kostnad 200kr/timme

Det kommer finnas ledare på plats alla dagarna med start på morgonen till eftermiddagen (ca 0830-16/17) ledaren ordnar med aktiviteter emellan träningspassen för yngre deltagare som deltar i läger med två eller tre ispass/dag.

Träningstider:

Träningstiderna är förlagda på is från klockan 08:00



