



Hej!

Det är snart dags för höstens NÄID-läger i Pajulahti för Framtidsgrupp 1, som denna säsong gäller 2001–2004 födda idrottare och deras tränare. Tidpunkten för höstlägret är 2–4.11.2018. Vårens läger hålls 12–14.4.2019 i Pajulahti och där kommer vi att ha ÖID med på lägret.

De idrottare som kallas till lägret finns listade i bilagan och uttagningskriteriet är B-klassresultat i H/D 16–17 och A-klassresultat i F/P 14–15. Listan kan vara bristfällig så meddela gärna om eventuella fel. Meddela också om ni önskar att någon idrottare borde byta grengrupp – vi har många mångsysslare som gjort A-klass i flera grenar, så ifall man känner sig höra hemma i någon annan grupp än den listade, är det fritt fram att be om att få vara i en annan grupp. Ifall det finns idrottare utanför listan som ni önskar att ska få vara med är motiverade idrottare som inte uppnått uttagningskriterierna varmt välkomna med!

Priset för lägret är 150 €/idrottare och 80 €/tränare; för de sistnämnda subventionerar distriktet den överskridande delen. Faktureringen sker i efterskott. Från varje förening som skickar idrottare till lägret bör minst en tränare/förälder finnas på plats under hela lägerveckoslutet.

Anmälan om närvaro bör göras senast torsdagen den 18.10. via [detta formulär](#). Meddela per e-post snarast möjligt ifall någon redan anmäld idrottare tvingas utebli. Genom att anmäla dig tillåter du att NÄID friidrott lagrar dina personuppgifter för lägerändamål. Dessutom kommer vi att överlåta uppgifter (namn, födelsedatum, specialdieter) till Pajulahti.

Det preliminära programmet för lägret är följande:

fredag

16.00-17.45 ankomst, inkvartering & middag

18.00-18.30 lägeröppning

19.00-21.00 gemensamt muskelkonditionstest för alla grupper

21.00-22.00 kvällsbit

22.30 tystnad

lördag

7.00 gemensam morgonlänk

7.30-8.30 morgonmål

9.30-12.00 träning

11.30-12.30 lunch

14.30-17.00 träning

16.30-17.30 middag

19.00-21.00 träning

21.00-22.00 kvällsbit

22.30 tystnad

söndag

7.00 gemensam morgonlänk

7.30-8.30 morgonmål

9.30-12.00 träning

11.30-13.00 lunch + hemfärd

med lägerhälsningar,

Tanja Taipale

tränarchef

NÄID Friidrott r.f.

tanja.taipale@idrott.fi

044-2021887

Myös suomenkieliset urheilijat ja valmentajat ovat lämpimästi tervetulleita mukaan!