

Tränings- & Inspirationshelg i Åkulla 29-30/10

Halmstad CK har nöjet att inbjuda tävlingscyklister till tränings- och inspirationshelg i natursköna Åkulla. Vi bor i Åkulla friluftsanläggning och kommer att träna på mindre vägar med både asfalt och grus, ta därför helst med er vintercykel gärna med heltäckande stänkskärmar.

Thomas Lökvist, Team Sky kommer att närvara och träna med deltagarna, det blir således ett bra tillfälle för er att prata med Thomas om livet som cykelproffs. Representant från Svenska Cykelförbundet (ev.FK) informerar om landslags verksamheten, uttagningstävlingar och tävlingsprogram. Lars Wahlkvist, tränare på cykelgymnasiet i Skara kommer att informera om cykelgymnasiet och dess verksamhet. ”Lawa” kommer också att ge tips och råd inför er kommande vinterträning.

Datum: Lördagen 29/10–söndag 30/10, samling 10.00

Kostnad: 400 kr

I samband med anmälan till lägret insättes lägerkostnaden på pg nr 591735-6. Ange namn eller klubb på betalningen

Anmälan: *Anmälan* skall ske till halmstadsck@scf.se senast söndagen den 16 oktober. Av anmälan skall framgå namn, klubbtilhörighet, personnummer och telefonnummer. Det ska även noteras om man har allergi, samt om man behöver speciell kost. För långväga gäster går det också bra att anlända på fredagskvällen, detta kostar ytterligare 200 kr.

Medtag: Sängkläder, handduk och två ombyten av varma cykelkläder.

Preliminärt program:

Lördag

10.00 Samling i Åkulla

10.30 Uppdelning i grupper och träning

Lunch

15.00 Föreläsning, m.m.

18.00 Middag

Söndag

08.00 Frukost

10.00 Träning

14.00 Lunch

Vid eventuella frågor är ni välkomna att kontakta Andreas Bengtsson 070-5610867 eller Gittan Andersson 0730-536727.

Välkomna!