



ASK- GOC Téli Edzőtábor Kiírás



2018. január 19-21.

Az edzőtábor tervezett programja:

időpont, helyszín	haladók	középhaladók	kezdők
jan. 19. péntek délelőtt: 10.00 Commendewald (Ausztria)	pontfogás gyakorlása vagy útvonalválasztás	útvonalválasztás	útvonalkövetés
jan. 19. péntek délután: 14.00, Commendewald (AU)	ablakos pályák	iránymenet gyakorlása	útvonalválasztás
jan. 20. szombat délelőtt: 10.00, Bad Waltersdorf (AU)	domborzatolvasás- fázisnyomatos térképen	domborzatolvasás	domborzatolvasás
jan. 20. szombat délután: 13.30, Bad Waltersdorf (AU)	domborzatolvasás- rövid pályák	domborzatolvasás	domborzatolvasás
jan. 21. vasárnap délelőtt: 10.00, Csörötnek	sávós pályák	sávós pályák	pontfogás gyakorlása
jan. 21. vasárnap délután: 13.30, Csörötnek	folyamatos váltó	folyamatos váltó	pontfogás gyakorlása

Az edzések pontos helyszínét az értesítőben fogjuk megadni.

Az edzéseket részben SI-vel rendezzük.

Pénteken és szombaton 18 órakor vetítéssel egybekötött szakmai program lesz (pályaelemzések, útvonalelemzések).

Szállás: Alpokalja Panzió Szentgotthárd. Szervezés alatt van egy olcsóbb, „fapados” szálláslehetőség is, erről bővebb információ hamarosan.

Étkezés: A szállás konyháján szülők segítségével oldjuk meg.

Részvételi díj: 15 000 Ft. Az egy-egy napra érkezőknek az edzésen való részvétel díja 400 Ft/edzés. A részvételi díj az olcsóbb szálláslehetőség választása esetén várhatóan 3000 forinttal csökken.

Szállítás: a három napra 2000 Ft/fő. (A szállításban segítséget elfogadunk, ezt kérjük a jelentkezésnél megadni).

Jelentkezés: a futniiskell@gmail.com e-mail címen, **január 7-ig**.

Mindenkit szeretettel várnak a rendezők:

Szalay Levente, Mézes Tibor Súlyom (edzések), Gyórfy Kristóf, Juhász Júlia (szervezés)