



LSOK´S klubbläger i Åkulla 22 – 24 mars 2024

Välkomna på LSOK´s stora breddläger. Alla klubbens medlemmar; barn, syskon och föräldrar är välkomna att följa med på klubbläger helgen 22 – 24 mars. I år tänkte vi återvända till de fina bokskogarna i närheten av Åkulla Outdoor Resort utanför Varberg.

Det blir ett rent träningsläger med träningar för alla åldrar och svårighetsgrader i spännande terräng.

På fredagen kör vi en enklare natträning i anslutning till boendet. På lördagen siktar vi på två träningspass och sedan trevligt samkväm med grillning eller liknande på kvällen. På söndagen hinner vi med ett träningspass innan lunch och hemfärd.

Boende och mat

Vi bor i huvudsak familjevis i campingstugor, de flesta är 4-bäddsstugor, ta med sängkläder och handduk/badlakan. Varje stuga är utrustad med kylskåp, bord och stolar och har tillgång till dusch, toaletter och kök i områdets gemensamma värmestuga. Städning av respektive stuga ingår inte utan görs av oss själva.

[Naturnära boende | Hallands län | Åkulla Outdoor Resort \(akullaresort.se\)](#).

Äter gör vi inne i huvudbyggnaden. Måltider som ingår:

- Frukostbuffé: Lördag och söndag
- Lunch: Lördag och söndag
- Middag: Lördagkväll i form av egenfixad mat på medtagna muurikor (meddela gärna vid anmälan om du har möjlighet att ta med en sådan)

Observera att inga nötter eller produkter med nötter är tillåtna i den gemensamma lokalen. Glöm inte ange specialkost/allergier vid anmälan.

Packning

Förutom necessär, handduk och vanliga kläder så ta med OL-utrustning, vattenflaska, pannlampa och träningskläder för 2 pass/dag. Det är också bra att ha med sig ombyte/förstärkningsplagg, regnkläder och extra varma kläder att ta på direkt efter träning då det kan bli lite väntetid.

Kostnad

Exakt kostnad uppdateras så fort som möjligt men en uppskattad kostnad är:

- Ungdom (-20 år): ca 500:-
- Vuxen: 1000 :-

Milersättning betalas av var och en till respektive chaufför enligt vår resepolicy.

Anmälan

Anmäl er så snart som möjligt så blir det lättare för oss att planera träningarna och boka rätt antal platser. Sista anmälan till lägret **är fredag den 8 mars**. Anmälan är bindande.

Anmälan till lägret görs på hemsidan.

Frågor

Linda Gunnarsson, linda.gunna@gmail.com, 0730-657650

