**Samlingsplan for klubbsamling på Geilo 11. nov.-13. nov. 2016**

**Fredag:**

Frivillig trening, og innsjekk på hotellet. Standplass er tilgjengelig fra kl. 17:00–20:00.

**19:30**: **SPORTSMIDDAG** på Bardøla

**21:00**: Samling for alle, med gjennomgang av samlingsplan Sted: **Møterom**

**Lørdag:**

**07:45** – **FROKOST** – Alle må spise en god frokost!

**09:30** – Gruppe15+ Ski kombiøkt etter opplegg fra trener 15+. Oppmøte Parkeringsplass. **Ansvar skytebane: Roar/Gjermund**

**09:30** – Gruppe 03-07(deles opp) ski m/video. Skiteknikk. Oppmøte parkeringsplass. **Trenere: Tarjei, Geir, Synnøve, Bjørn Tore, Anstein, Vegard**

**12:00-12:30**Gruppe 03-07 Videogjennomgang med trenere

**12:30-13:30** **LUNSJ**

**15:00-17:00** Gruppe 15+ ski. **Etter opplegg fra trener 15+**

**15:00-17:00** Gruppe 03-07 ski kombiøkt. Dele skiver. **Trenere 03-07: Tarjei, Geir, Synnøve, Bjørn Tore, Anstein, Vegard**

**19:30** – **MIDDAG**

**20:30** – **ALLE Sportsquiz og sosialt samvær Møterom**, **Anstein.**

**Søndag**

**07:30**- **FROKOST**- Alle må spise en god frokost.

**09:30-12:30** Gruppe 15+ Ski økt. Skytebane tilgjengelig 11:00-12:30 Oppmøte parkeringsplass. **Ansvar skytebane: Roar/Gjermund**

**09:30-12:30** Gruppe 03-07 Ski økt. Skytebane tilgjengelig 09:30-11:00. Oppmøte skytebane.

**Trenere 03-07: Tarjei, Geir, Synnøve, Bjørn Tore, Anstein, Vegard**

**13:15-14:15** **SPORTSLUNSJ** NB! Utsjekk etter nærmere beskjed, og etter hotellets føringer.

Det vil være stor aktivitet på standplass/stadion, så vis derfor hensyn både i løyper og på standplass. Mulig vi må dele skiver innad i klubben på kombinasjonstreninger.

 