



## Nu är det dags för ett gemensamt ungdomsläger mellan Åsa IF och Särö Ik

**Tränare** = Gabriel Kempfi, Olof Bergwall , Simon Talinsson, Simon Söderlund

**Sparring** = Det kommer att komma sparring spelare som stöttar upp med bra träning för barnen

**Tid / Datum** = 25-26 Maj Börjar 16:00 Lördag i Särös idrottshall

**Plats** = Särös idrottshall med frivillig övernattnig på liggunderlag i hallen

**Kostnad** = 300 kr Självkostnads pris

**Anmälan** = Senast 20 Maj

Åsa spelare kansli@asaif.com

Särö spelare jorgen@sarokullavikif.se

”Detta läger är tillför alla våra ungdomar i våra tränings grupper , ”vi anpassar träningen med av sparring och låd träning ”

Namn  
Personnummer  
Allergi  
Mail förälder  
Tele förälder  
Något annat vi bör veta

Packlista  
Tränings kläder för 3 pass  
Rack, tröja, shorts, skor, overall  
Dusch saker , enklare kläder  
( frivilligt )  
Liggunderlag , Sovsäck , kudde



Schema =

Lördag 25 Maj

16:00 -18:30 träning

18:30-19:30 fri tid i hallen

19:30 Grillning av korv och hamburgare

20:30 Chips och dricka time

21:30 Göra sig i ordning för natten

22:00 Sova tillsammans med ledarna

Söndag 26 Maj

08:00 Vakna

08:30 Frukost

09:30-11:30 Träning

12:00 Lunch Pastasallad med kyckling och kallsås

13:30-16:00 Tävlings dags med fina priser

16:00 Nedtagning av bord och gemensam städ av hall där efter prisutdelning

Är du ledare, äldre spelare eller förälder så är vi mer än tacksamma om ni vill vara med och göra detta tillfälle till något riktigt minnesvärt för barnen!

Sparring, Övernattning, Handling ,Grillas, Frukost, Lunch mmm

Kontakta =

[mikael.talinsson@hotmail.com](mailto:mikael.talinsson@hotmail.com)

0704-193917