



# Bli med på jentesamling!

Er du glad i å gå på ski? Er du født 2007 eller tidligere?

Da bør du melde deg på jentesamlingen 26. - 27. oktober!

Oddersjaa inviterer til jentesamling igjen!

I år er samlingen fra fredag til lørdag,

og vi overnatter på Badmintonsenteret på Lund.

Treningene på lørdag blir ledet av Margit Wiberg og Ingvild Engesland som begge kan vise til gode prestasjoner i skiløypa.

Fysioterapeut Christina Sandvand Omfjord blir med oss på fredag.

## Fredag 26. oktober

Kl. 17.00 Oppmøte i treningstøy

Innsjekking

Kl. 17.30 Rolig joggetur, innlagt styrke

Kl. 19.30 Middag og sosiale aktiviteter

Kl. 22.00 Leggetid

Kl. 23.00 Ro på alle rom

## Lørdag 27. oktober

Kl. 09.00: Frokost

Kl. 10.00: Fristil, i1-2, teknikk

Kl. 12.30: Lunsj

Kl. 13.30: Sosiale aktiviteter ute

Kl. 14.30: Klassisk, i 1-2,

teknikk og hurtighet

Kl. 17.00: Avreise

Pris: 500 kr pr person. Betaling til 3000.19.94952 - merk med navn.

Påmelding: [aud.sorbo.ausland@kristiansand.kommune.no](mailto:aud.sorbo.ausland@kristiansand.kommune.no) innen 15. oktober



**Pakkeliste:** Rulleski, begge stilarter - kan lånes

Staver, skisko, hjelm, hansker, drikkebelte, joggesko.

Treningstøy.

Håndkle og toalettsaker.

Sengetøy, laken. (Sovepose er ikke tillatt på internatet)

# VELKOMMEN!

Kontakt person: Aud - 41 28 48 25