



UPPTAKT BIK SKIDOR



Lördagen 28:e september välkomnas alla barn & ungdomar födda från 2016 till ett dagläger vid BIK IP!

Upptakt för barn födda 2017 och senare kommer i november!

Vi samlas vid BIK IP's grusplan/stadion ombytta för barmarksträning. Kortare föräldramöte hålls i samlingslokalen vid påbörjad barmarksträning.

Efter träningen äter vi gemensam lunch. Viktigt att barnen byter till en torr tröja!

Efter lunch är det gemensamt bad för alla träningsgrupper. Stycke-/konditionspass erbjuds till dem som önskar.

Daglägret avslutas i samband med att simhallen stänger kl. 15:00

Vid anmälan ange namn, födelseår och allergier, om föräldrar vill äta samt om föräldrar kan hjälpa till vid matserveringen.

Anmälan senast 2024-09-24 via <https://forms.gle/GdvV3xMzMs8VsrpS6>
Se hålltider till höger – Medtag stavar!

Träningarna drar igång tisdag 1:a oktober



Bytesmarknad &
klädbeställning
09:00 - 10:00

Barmarksträning
10:00 – 11:30

Lunch
11:30-12:30

Bad på simhallen
13:00 – 15:00

Lunch och bad ingår
för barn & ungdom.

Föräldrar äter för
40:- och betalar för
sitt eget bad

OBS!!!
Föräldraansvar råder
under bad!

Bondsjöhöjdens IK Skidor
biskidor.se

Anmälan senast
2024-09-24