

FAST RIDING SCHOOL
MX-TRAINING.COM
MOTOCROSS - ENDURO - DOWNHILL - MTB

Hei!

Tinn og mx-training.com
ønsker deg/dere velkommen til Crosscamp

Dagene før

Dagene før leiren bør du som deltager drikke mye vann og spise bra med næringsrik mat. Vi kommer til å bruke masse energi under leiren og da må vi møte opp med full tank av energi. Et tips er å se på nettet hvordan man bør spise før trening og løp.

Mat

I år blir det salg av pizza snurrer, drikke og enkel mat til oppvarming. Klubben holder grillen varm til fri dispensasjon!

Bo & Parkering

Parkering og camping nede ved skistadion / service hus.

Veibeskrivelse

Se link i mail!

Betaling

Vipps på plass når dere sjekker in

Oppmøte / Tider

Lørdag:

Registrering og inskrivning til camp 08.30

09.00 Fører møte / Start MX camp

10.30 Start første trening

12.00 Lunsj

13.00 Motocross trening

16.00 Slut

Søndag:

Registrering og inskrivning til camp dag 2 08.30

09.00 Fører møte / Start MX camp

10.00 Start første trening

12.00 Lunsj

13.00 Motocross trening

16.00 Slut

Detaljerte tider med grupper blir publisert på campen lørdag morgen.

FAST RIDING SCHOOL
MX-TRAINING.COM
MOTOCROSS - ENDURO - DOWNHILL - MTB

Gruppeinndeling:

Vi deler oss in i grupper på banen lørdag morgen
Ved behov flyttes en fører fra en gruppe til en annen.

Lisens:

Skal vere i orden før oppstart laurdag.

Les meir om lisens på:

<https://nmfsport.no/utoverinformasjon/lisenser/>

For dei som benytter seg av «kom og prøv» lisensen til NMF vil bli delt inn i egen gruppe.

Øvrig

Foreldre må hjelpe til som flaggvakter!

Forandringer i tidsskjema kan forekomme avhengig av hvor mange som melder seg på, samt værforholdene.

Anbefaler og lese invitasjon på hjemmesiden, har dere spørsmål i forkant kan dere sende til:
jonas@mx-training.com eller tinnmx@gmail.com

Me gleder oss til Crosscamp i lag med deg/dere!

Hilsen
Camp crew.

