

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



**Hei!**

Skafså Motorsportklubb 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**

Det er varm lunsj inkludert i prisen til alle deltakere, fra mx-training.com, begge dager. Ledsagere, familie, andre, kan kjøpe mat av mx-training.com. 190kr pr pers. (Vipps)

### **Bo & Parkering**

Ta gjerne med egen strømtrommel. Me har noen tromler til utlån. Toalett er «festivaldo». Dusj på området har me ikkje. Dusj og ordentlig toalett fasilitet til campere har vi ordnet med tilgang på eit grendehus 1km frå bane.

Pris pr døgn på camp: 100kr.

Vippsnr 77769

Andre fasiliteter:

3 stk bålpanner til felles utlån på området for de som camper. Ved og grillkull er noko begrenset.

24/7 Open nærbutikk på Åmdals Verk.

Dalen er hovedsentrum for matbutikker og kafe/kro osv.

Fotball-løkkka ved Svingen (Krysset i Skafså). Her er det også sandvollyball bane og vollyballer ligger på stedet.

Det er noen turstier/traktorveier ved Kyrkja i Skafså.

Kontakt info til personer i klubben.

Tone Blaasvær - [toneblaasvaer@gmail.com](mailto:toneblaasvaer@gmail.com)

### **Veibeskrivelse**

#2 <https://goo.gl/maps/Ujy54rsYVB7xdkqeA>

#1 <https://www.facebook.com/skafsamotor/>

### **Betaling**

Kvittering skal vere sendt til Tone Blaasvær - [toneblaasvaer@gmail.com](mailto:toneblaasvaer@gmail.com)

500kr for Skafså Motorsportklubb medlem

1500kr for ikkje medlem.

Vipps nr: 531267

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



**Oppmøte / Tider**

Lørdag:

Registrering og inskrivning til camp 08.30

09.15 Fører møte / Start MX camp

10.30 Start første trening

12.00 Lunsj

13.00 Motocross trening

16.00 Video analyse

17.00 Slut

Søndag:

Registrering og inskrivning til camp dag 2 08.30

09.10 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.

**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.

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

Hilsen

Camp crew.