

MTB dagläger för ungdomar vid Bergs Gård 7:e Maj



Samling på ängen nedanför gården (Gamla parkeringen) vid Fredrikshof Flagga
[Google Maps](#)

Schema för dagen.

9:00 Alla är klara för samling och gruppindelning (var i tid)
11:00 Lunchbuffe i matsalen, lokala råvaror, Fredrikshof Flagga kommer stå vid entren.
13:00 Samling utanför entren till matsalen (Fredrikshof Flagga) för vidare aktiviteter.
Avslutning sker i grupperna ca 14.30 därefter fria aktiviteter.

Lunch och banavgift för medlemmar i Fredrikshof IF CK ingår om anmälan är gjord här:
[Anmälningsformulär](#)

För anmälda icke medlemmar vuxen/barn:

145:-/85:- för lunch

80:-/50:- för banavgift.

swish till 1233441094 skriv "MTB Läger Bergs Gård"

Se till att ha med vatten, energi/bar, slang.

För icke anmälda köps lunch/banavgift på plats i cafet i anslutning till området, WC samt dusch (20kr) finns på området.

<https://www.bergsgard.se>

Pawel Josefsson

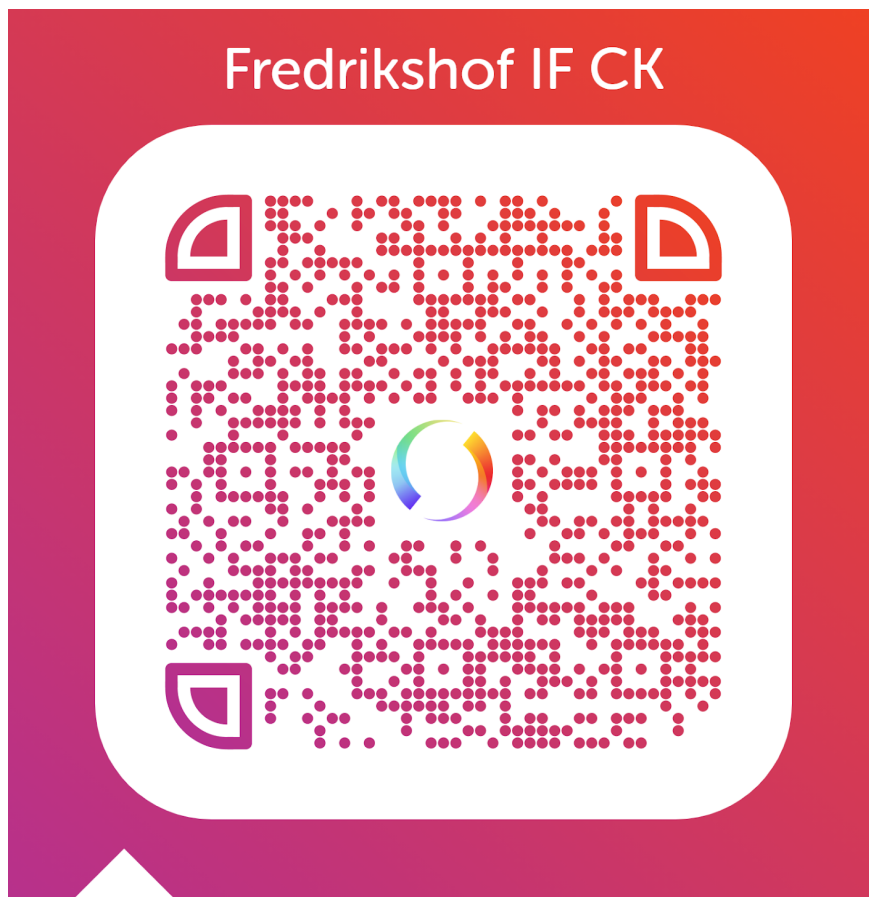
<mailto:pawel.josefsson@fredrikshof.se>

070 544 1905

Fredrikshof bjuder medlemmar på lunch och spåravgift

Icke medlemmar

Lunch	145:-
Barnportion	85:-
MTB spåravgift upp till 15 år	50:-
MTB spåravgift 16 år och uppåt	80:-



Swish. Betala enklare.

Hej Alla,

Här kommer lite information om morgondagen.

Samlingar

Vi är närmare 80 anmälda, drygt hälften ungdomar. För oss vuxna gäller det att hålla avstånd så gott vi bara kan. Eftersom vi är så många flyttar vi samlingen efter lunch till ängen vid pumptrack (kommer finnas en fredrikshof flagga). För att sprida sig på ett bra sätt kommer vi dela upp oss i grupper redan på parkeringen.

9.00 Parkeringen

13.00 Ängen invid pumptrack (vi ska sätta upp en fredrikshof-flagga)

Lunch

Från 11.00. Vi behöver sprida ut oss i tid och rum så gott vi kan. Tanken är att de yngsta kommer få äta först. Grupp Röd/Röd+ kommer få instruktioner om att landa tidigast 11.30. Det är bra om ungdomar har med sig energi.

Cykling

Vi kommer erbjuda möjlighet till gruppcykling både före och efter lunch, därefter, ca 14.30, är det fria aktiviteter och vill man åka hem så går det bra. Med erfarenhet från förra året kommer många ungdomar vilja hänga runt i teknikområdet.

Ledaransvar

Ledarna ansvarar för att gruppen med barn & ungdomar hänger ihop hela vägen under gruppcyklingen. Medföljande föräldrar deltar på egen risk. Om gruppen är ojämn kan ledarna besluta om att dela på gruppen. Ledaransvaret slutar i samband med avslutat gruppcykling.

Övrigt

Det blir både svettigt men även pauser, se gärna till att ungdomarna har plagg som kan lätt tas på och av. det kan vara en extra t.ex. T-shirt

Grupper och ledare

09.00 - 11.30 (Samling vid parkeringen)

Röd+: Åke + Mikael

Röd: Martin + Jesper

Blå+: Roger + Tony

Blå/Grön: Pawel + Jocke + Linda

13.00 - ca 14.30 (Ängen vid pumptrack)

Röd+: Roger + Tony

Röd: Åke + Mikael

Blå+: Martin + Jesper

Blå/Grön: Pawel + Jocke + Linda

Varmt välkomna önskar
Fredrikshof IF CK med Ledarna