



Natur adventure Konkurrence dag i Sønderborg

Husk tilmelding den
18.01.19

Den 16.02.19 vil vi gerne inviterer jer alle til en fed oplevelse i naturen som vil styrke musklerne og koordinationsevnen til den kommende sejlsæson + styrke teambygningen i klubben og mellem klubberne. Det kommer til at være en dag fyldt med anderledes konkurrence, hvor vi nok skal få sat gang i kampgejsten, lattermusklerne og nye venskaber.

Der er bustransport fra Wassersleben kl.07:45, men arrangementet starter ved kasernen på Vestermark i Sønderborg kl. 09:00. Herunder et billede af lokationen, til dem der vælger at kører selv.

Dagen slutter omkring kl 19:00.
Der skal betales 75 Kr. til mad og varme drikke gennem dagen.
Tilmelding senest 18.01.19 med 75kr. mobilepay til 22235531 Maria Sparham.
Ref. Navn, efternavn og klub.
Husk varmt tøj og evt. Skiftetøj / ekstra tøj hvis I bliver våd / beskidt



Oversigt af dagens event:

1. Ankomst af deltagere 8:40 - 9:00
2. Instruktion i området
3. Opvarmning
5. Undervisning i konkurrence stationerne
6. Konkurrence del 1
7. frokost pause. Der bliver serveret varmt mad
8. Konkurrence del 2
9. Debriefing / Resultater / Placeringer og overrækkelse af præmier.
11. Afrejse fra deltagerne omkring 19:00