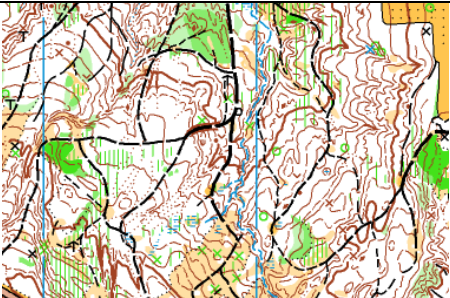
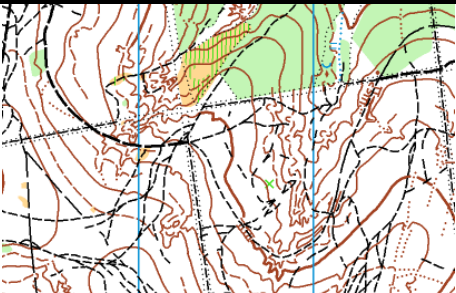


ASK Válogatott edzőtábor
junior és ifi kategóriák versenyzői számára
2019. február 23-26 Óriszentpéter/Ausztria/Szlovénia
Kiírás

Program:

időpont	edzés jellege	helyszín	térképrészlet
febr 23. szombat 9.30	útvonalválasztás, támadópont használata	Commendewald (Fürstenfeld, Ausztria)	
febr 23 szombat 14.30	sávós- ablakos pályák	Commendewald	
febr 23 szombat 20.00	pályaelemzések		
febr 24 vasárnap 10.00	domborzati fázis	Bad Waltersdorf (Ausztria)	
febr 24 vasárnap 14.30	multitask (sávós/ablakos/ vakablakos, pontgyűjtő részek)	Bad Waltersdorf	
febr 24 vasárnap 20.00	pályaelemzések, kitekintés Fehéroroszországra vagy Eksjö (SWE) tájfutó gimnázium beszámoló		
febr 25 hétfő 10.00	tömegrajtos résztáv (újraindulással)	Bukovnica	
febr 25 hétfő 14.30	multitask	Bukovnica	
febr 25 19.30	Pályaelemzések; skandináv terek, pályák elemzése		

febr 26 kedd 9.15	tömegrajtos farsta	Loipersdorf	
febr 26 kedd 14.00	páros pályák memória-feladattal	Loipersdorf	

Edzések:

Az edzéseket SportIdenttel rendezzük, a jelentkezéskor kérjük a dugószámot megadni.

Az edzéseket A (junior férfi, 45- 60 perces pályák), B (ifi fiú, junior lány 40-55 perc), C (ifi lány, kísérők 30-45 perc) kategóriákban rendezzük, kérjük a nevezéskor ezt is adjátok meg. Az edzéseket a megadott időpontokban pontosan kezdjük és 120 perc után elindul a bontás, hogy a délutáni programokban se legyen csúszás. Ezért kérjük a résztvevőket, hogy pontos érkezéssel és időben kezdett bemelegítéssel segítsék a program pontos betartását. Az edzések költsége 600 Ft/fő/edzés.

A hétfői edzéseken várhatóan a stájer ifiválogatott is részt vesz.

Szállás Szalafőn, a Gatter Fogadóban, ára 3200 Ft plusz 150 Ft/fő idegenforgalmi adó éjszakánként. Szerencsés lenne és kérjük is az esti programok és a csapatösszetartás miatt, hogy mindenki itt szálljon meg.

Étkezés:

Reggeli és ebéd önellátóan, meleg vacsora 1950 Ft-os áron a szálláson, az extra igényeket kérjük jelezni.

Utazás:

A résztvevők (edzők, kísérők) bevonásával, korlátozottan a rendezők segítségével. Ha az utazásban segítséget kértek, ezt is jelezzétek.

Az edzőtábort *extrém* hóviszonyok között későbbi időpontban rendezzük meg, erről február 20-ig döntünk és a jelentkezőket értesítjük.

Előzetes jelentkezés a futniiskell@gmail.com címen, hamarosan pedig egy erre szerkesztett jelentkezési lapon. A jelentkezés határideje 2019. február 13.

További információ: futniiskell@gmail.com, Juhász Júlia 30/3516930.

Mindenkit szeretettel várunk!

Szombathely, 2019. Január 18.

Alpokalja Szabadidősport Egyesület

Győrffy Kristóf, Szalay Levente, Juhász Júlia

