



## ÆFINGABÚÐIR 21. – 22. nóvember 2014

SamVest-samstarfið stendur fyrir æfingabúðum í frjálsum íþróttum fyrir 10 ára (árgangur 2004) og eldri á Laugum í Sælingsdal í Dalabyggð 21.-22. nóvember 2014.

Mæting að Laugum er kl. 17 á föstudeginum og heimferð áætluð um kl. 16 á laugardeginum. Gert er ráð fyrir að þátttakendur sjái sjálfir um að koma sér á staðinn – eða að héraðssamböndin skipuleggi ferðir (getur verið mismunandi eftir svæðum).

Aðalþjálfarar verða Kristín Halla Haraldsdóttir úr Grundarfirði og Hlynur Chadwick Guðmundsson frá Aftureldingu í Mosfellsbæ.

Þátttökugjald er 2.500 kr. fyrir hvern þátttakanda (gisting og fæði) en boðið verður uppá kvöldmat á föstudeginum, morgunmat, hádegismat og kaffihressingu á laugardeginum. Við stólum á að foreldrar eða aðrir fylgdarmenn fáist í hlutfalli við fjölda þátttakanda frá hverju sambandi.

Gist verður í skólastofum að Laugum. Þátttakendur taka með sér svefnpoka eða annan sængurfatnað, en dýnur eru á staðnum. Einnig þarf að taka með sér sundföt og íþróttaföt (fyrir úti- og inniæfingar) og annan staðalbúnað.

Skráningarfrestur er til miðvikudagsins 19. nóvember. Það er hægt að skrá á Facebook-síðu Samvest eða hjá Arnari Eysteinsyni hjá UDN á netfangið [arnare68@gmail.com](mailto:arnare68@gmail.com) sími 893-9528.

Sjáumst hress að Laugum!

Framkvæmdaráð SamVest – UDN