



# VELKOMMEN TIL REKRUTTLEIR

Lørdag 8. til søndag 9. september.

**Sted: Furumo svømmehall/Brunes natur-barnehage**

Vi i Modum svømmeklubb ønsker velkommen til rekruttleir for alle våre utøvere født i 2010 eller eldre. Det blir trening i og utenfor svømmehallen, lek, moro, nye vennskap, gamle vennskap, god mat og en spennende natt i lavvo.

Programmet for leiren blir delt inn i tre økter. Kan du ikke bli med på alle, så er det bare å gi beskjed. Tidspunkt for øktene står på pakkelisten, så her er det bare å pakke det du trenger.

## Program

- 08.00 trening og lek i hallen
- 10.00 lunsje i 2.etg
- 10.30 lek og moro ute på Furumo
- 12.00 dusj
- 12.30 Vi går til Brunnes (bagasjen blir fraktet med bil)
- 13.00 Vi spiser matpakken vår
- 13.30 Lek og moro på Brunnes
- 18.00 Pizza
- 19.00 Vi koser oss med godteri
- 22.00 Natt i leiren
- 09.00 Vi spiser frokost
- 10.00 Vi reiser hjem. Barna kan hentes ved lavvoene

*Det er en egenandel på 100kr per utøver, denne blir fakturert i etterkant. Viktig å opplyse om eventuelle allergier eller andre behov vi må ta hensyn til.*

Påmelding skjer på SMS til Ingeborg Kårtvedt 45804662  
(navn, fødselsdato og hvilket parti du tilhører)



## Pakkeliste

### Økt 1, Fra 08.00 til 12.30

- Svømmetøy
- Treningstøy (til å trene ute med)
- Vannflaske

### Økt 2, fra 12.30 til 19.00

- Matpakke
- Klær etter vær (gjerner et skifte, vi skal være ute)
- Gode sko

### Økt 3, fra 19.00 til 10.00

- Lommelykt/hodelykt
- Godteri
- Sovepose og liggeunderlag
- Varme klær
- Tannbørste
- Eventuelt pute, kosedyr o.l.

**Vi skal IKKE ha med  
telefoner eller nettbrett**

## KONTAKTPERSONER:

**INGEBORG KÅRTVEDT**

**45804662**

**KRISTIN K. SAND**

**41413444**

**PS: BARN KAN ALLTID LÅNE  
TELEFON TIL Å RINGE HJEM. VI  
HAR MED KONTAKTINFO TIL  
ALLE FORESATTE!**