

# Rekruttleir 2019

Modum svømmeklubb ønsker velkommen til rekruttleir for alle våre

utøvere født i 2011 eller eldre. Det blir trening i og utenfor svømmehallen, lek, moro, nye vennskap, gamle vennskap, god mat og en spennende natt i lavvo.

## Program

### Fredag 13.09.19:

- 17.30 Vi møtes på Brunnes Naturbarnehage
- 19.00 Pizza
- 20.00 Vi koser oss med godteri, lek og aktivitet
- 22.00 Natt i leiren

### Lørdag 14.09.2019

- 08.00 Vi går til Furumo, bagasje blir kjørt
- 08.30 Vi spiser frokost på Furumo
- 09.00 Trening og lek i hallen.
- 11.00 Lunsj i 2.etg
- 12.00 Vi reiser hjem. Barna hentes på Furumo.

## Pakkeliste:

### Fredag 13.09.19

- **Klær etter vær.**
  - Jakke og bukse til å være i skogen med
  - Varm genser, lue og votter.
  - Gode sko
  - Ekstra undertøy/ulltøy
- Sovepose og liggunderlag
- Lommelykt
- Tannbørste

### Lørdag 14.09.19

- Treningstøy for utebruk
  - Joggesko

- Treningsbukse/jakke
- Liten sekk til svømmeutstyret.
  - Svømme utstyr
    - Badetøy
    - Svømmebriller
    - Dusj

*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 innen 11. september. (navn, fødselsdato og hvilket parti du tilhører)

Vennlig hilsen

Modum svømmeklubb