

Kanotträning Valborg

Torsdag 1 maj träffas vi 10.00 på kanotudden. Vi tränar och äter sedan lunch ihop.

Fredag träffas vi 14.00 och tränar, äter middag och sedan får de som vill sova över. Det finns kvällsfika men ta med eget snacks. Tänker att vi ska kolla på någon rolig film.

Lördag vaknar vi vid 8, äter frukost och paddlar. Sedan städar vi upp efter oss och åker hem.

Söndag träffas vid 14.00 och paddlar.

Kan man inte vara med alla dagar så är det så klart okej!

Alla som fyller minst 11 år i år OCH har god sim – och paddelkunskap får vara med. Det är kallt i vattnet och kan vara lite stökigt väder så de som är lite mer nybörjare får vänta ett tag till. Bara för medlemmar så klart 😊

Det kommer att gå med en fölgebåt ut på träningarna.

Kostnad 150 kr

Anmäl till ewa.ostrom@polisen.se senast fredag 25 mars och kom ihåg att meddela om ni vill ha specialkost.

Frågor? Ring 070-2140776 , Ewa eller Kenneth 073-8194901

Mvh Ewa och Kenneth