

Skidupptakt/Gemensam "träning"

Lördagen den 1 december tänkte vi samla alla som vill på Karlsnäs för en gemensam Träningsupptakt inför vintersäsongen.



- På förmiddagen, klockan 10-12, åker vi rullskidor. Hur länge och hur snabbt bestämmer du själv. Vi delar upp oss i olika grupper och åker sedan tillsammans.

- Mellan 12 och 13 fikar vi tillsammans i huset. Det finns frallor, kaffe, te och saft till självkostnadspris.



- På eftermiddagen ca klockan 13-14 går vi stavgång i backe.



Vi hoppas på en trevlig dag tillsammans!

Blekinge Skidkommitté



Skidupptakt/Gemensam "träning"

Lördagen den 1 december tänkte vi samla alla som vill på Karlsnäs för en gemensam Träningsupptakt inför vintersäsongen.



- På förmiddagen, klockan 10-12, åker vi rullskidor. Hur länge och hur snabbt bestämmer du själv. Vi delar upp oss i olika grupper och åker sedan tillsammans.

- Mellan 12 och 13 fikar vi tillsammans i huset. Det finns frallor, kaffe, te och saft till självkostnadspris.



- På eftermiddagen ca klockan 13-14 går vi stavgång i backe.



Vi hoppas på en trevlig dag tillsammans!

Blekinge Skidkommitté

