



## INBJUDAN

### Multiskateläger i Relitahallen i Uppsala

**5-7 september 2014**

Svenska Skridskoförbundet i samarbete med IF Thor inbjuder till Multiskateläger i Uppsala. Vi kommer att erbjuda ispass i såväl shorttrack som longtrack. Vi håller till i Relitahallen (bandyhall) samt i klubbstugan Lurbogården.

#### Program

Fredag 5 september

18.00	Samling och uppvärmning vid Relitahallen
18.45-21.00	Ispass
21.30	Kvällsmål, Lurbo

Lördag 6 september

07.30	Frukost, Lurbo
09.00-10.30	Ispass
11.30	Lunch, Relitahallen
12.30-16.30	Teori/föreläsning. Del 1 av förbundets nya skridskoutbildning (Mattias Hadders)
17.30-19.00	Ispass
20.00	Middag, Lurbo

Söndag 7 september

07.30	Frukost, Lurbo
10.45 – 12.45	Ispass, Avslutning

#### Kostnad

Isträning, 5 mål mat, logi Lurbo	800 kr
Isträning, 2 mål mat, eget logi	400 kr

Avgiften inbetalas på IF Thors Bankgiro 356-3251. Vänligen ange namn och klubbtilhörighet.

### Ledare

Tränare från klubbarna i regionen. Förbundstränaren Mattias Hadders deltar under lördagen. Jean-Charles Mattei ansvarar för shorttrack.

### Mat och inkvartering

Förläggning i Thors klubbstuga i Lurbo där 26 bäddplatser finns. Standarden motsvarar enkel vandrarhemsstandard. Sängar finns, medtag lakan.

För alternativt boende rekommenderar vi Scandic Nord Uppsala, i närheten av Relitahallen. Dubbelrum finns för 801 kr/natt. Bokas på 018-495 2313 eller [uppsala@scandichotels.com](mailto: uppsala@scandichotels.com). Uppge bokningskod IFT050914

I lägeravgiften ingår lunch och middag lördag för samtliga. För boende på Lurbo ingår även kvällsmål fredag samt frukost lördag och söndag.

### Utrustning

Ta med utrustning för hastighetsåkning, shorttrack och uppvärmning/barmark. Vi rekommenderar att samtliga bär hjälm, även under hastighetsåkning.

Lakan för boende i Lurbo.

### Anmälan

Deltagarantal 50 åkare, om fler anmäler sig förbehåller vi oss rätten att prioritera aktiva ungdoms/junior-åkare samt förbundets träningsgrupper. Anmälan med namn, klubb och valt logialternativ senast 2 september till [egmeriksson@hotmail.com](mailto: egmeriksson@hotmail.com)

### Frågor

Kontaktperson för lägret är Mikael Eriksson, [egmeriksson@hotmail.com](mailto: egmeriksson@hotmail.com)

**VÄLKOMNA TILL UPPSALA!**

## Var ligger Thorgården?



<http://kartor.eniro.se/m/9xirk>

GPS: Sök på Lurbovägen 6.

E4, från söder

Ta av från motorvägen vid Uppsala Södra, 1:a avfarten till Uppsala. I första rondellen när du kommer in i Uppsala (vid IKEA) - sväng vänster (västerut) in på Kungsängsleden. Fortsätt rakt fram, genom tre rödljus, över Fyrisån, genom ett rödljus (då byter vägen namn till Vårdsätravägen). Följ den sedan rakt fram i ytterligare 5 km tills du ser skylten "Hammarskog 9". Där svänger du till höger in på Lurbovägen och följer den två hundra meter. Lurbogården, ett gult hus, ligger på vänster sida av vägen.

E4, från norr

Ta av mot Uppsala Södra, ta höger och kör rakt fram tills du kommer till rondellen (vid IKEA). Åk rakt fram, in på Kungsängsleden (västerut). Därefter kan du följa vägbeskrivningen ovan.

## Var ligger Relitahallen?

Relitahallen ligger ett par minuter med bil från E4, avfart väg 55 mot Enköping, se kartan. Följ skyltar mot Gränby sportfält. Relitahallen ligger "innanför" hockeyhallarna.

Adressen är Gränby ishallar, Råbyvägen, Uppsala.

