



Välkommen på Höstläger i Växjö 25–26 november 2023

Plats

Telekonsult Arena, Hejaregatan 9, Växjö

Tid

Lägret startar kl. 10.00 lördagen den 25 november och avslutas ca kl. 16.00 söndagen den 26 november.

För vem

Lägret är till för friidrottande ungdomar i alla grenar födda 2004–2009, 15–19 år, i Småland, Blekinge och Östergötland (oavsett vilka resultat du har eller nivån på dina ambitioner). Vi ser gärna att tränaren till den aktive följer med och är med i olika aktiviteter som en fördjupning i sin tränarroll.

Tränare under lägret samt utbildning

Instruktörer vid lägret kommer att vara både utbildade coacher, tränare med mångårig erfarenhet från distriktet och inspiratörer i form av elitaktiva. Som en extra krydda kommer Östsvenskas stjärna Angelica Bengtsson att vara med under söndagen. Ni får chans att ställa frågor till henne samt få tips i stavhopp om ni önskar.

För ledarna kommer vi under kvällen erbjuda ett utbildande inslag i form av föreläsning och/eller workshops.

Avgift

Kostnaden är 1500kr per aktiv och 1000 kr per tränare. Utan logi blir avgiften 1200 kr per aktiv och 800 kr per ledare.

I avgiften ingår träning med coacher, boende på Quality Hotel Royal Corner, samt lunch och fika lördag och söndag och även middag på lördagskvällen.

Lägret faktureras i efterhand till din förening.

Kost och logi

Omvärldsläget med priser som skjuter i höjden innebär att vi får erbjuda en annan lösning än Scandic för boendet detta år.

Quality Hotel Royal Corner står i stället som värd och ligger på ca 15 minuters promenadavstånd från arenan. Rumsalternativen är följande:

- 4-bäddrum (ingår i lägeravgiften)
- Dubbelrum och enkelrum innebär en extra kostnad á 425 kr per rum

Lunch under lördag och söndag serveras på Restaurang Futurum som ligger ca 500 m från arenan. Middagen serveras på hotellet på lördagskvällen. *Var noga med att notera specialkost och allergier via länken nedan.*

Anmälan

Anmälan för både aktiva och tränare sker via länken nedan senast den 16 november: [Välkommen att anmäla dig här](#)

Samtliga aktiva ska välja en gren vid anmälan samt ett andrahandsval om det finns flera grenar ni är intresserade av.

För att svara på grenval, specialkost, boende klickar du här:

[Här gör du grenval, väljer boende samt anger specialkost och allergier](#)

Återbud och upplysningar

Återbud ska göras skriftligt eller muntligt till Nadja Casadei på Östsvenska Friidrottsförbundet

e-post: nadja.ostsvenska@friidrott.se eller

tel. 073-5091643.

Om du avanmäler dig senare än en vecka före lägret debiteras halva anmälningsavgiften.

Övrigt

Kallelse med mer information samt deltagarlista mailas ut ungefär en vecka före lägret till den mailadress som angivits vid anmälan. Kom ihåg att ange eventuell specialkost i anmälan. Och se till att mejlen ni uppger är den rätta annars missar ni information.

Följ oss gärna på sociala medier, där kommer vi uppdatera och publicera innan och efter lägret; Östsvenska Friidrottsförbundet på Facebook och friidrottstsvenska på Instagram.

Varmt välkomna!

