

Fight for Vasan 2017



1- 4 september 2016 i Falun

Startplats till Vasaloppet eller TjejVasan 2017 ingår

Tillsammans med **Vasaloppscoachen** och elitskidåkaren **Rikard Tynell** kommer vi erbjuda en tuff träningshelg med **personlig coaching**. Syftet är att **skapa bättre förutsättningar** inför Vasaloppsveckan 2017. Var med och träna där vi ger "järnet"!

Torsdag

Incheckning under eftermiddagen
17.30 Middag och välkomstmöte
Inledande teori

Fredag

Frukost
Träningspass Stakning och teamåkning
Lunch
Träningspass "stormossen"
Middag
Teori, inspiration

Pris

Enkelrum 7895 kr
Dubbelrum 6895 kr

Anmälan och Bokning

Anmälan gör du på www.tynellactivity.se
Vi bor på Scandic Lugnet med helpension

Sista bokningsdag 4/8 2016

Information

info@tynellactivity.se eller ringa 070-28 31 394

Lördag

Frukost
Intervallpass "Baggbobacken"
Lunch
Styrketräning samt Åth-pass
Middag
Vila

Söndag

Frukost
Träningspass "Hemlängtan"
Lunchbuffé
Ca 13.00 Avslutning

Som deltagare på lägret är du med i utlottning av rullskidor.

ELPEX
ROLLER SKIS

Alla deltagare får träningströja från Salomon

I samarbete med

S
salomon

AXA
Sports Club

ELPEX
ROLLER SKIS