# Invitasjon til sommeraktivitetshelg på Hurdal syn- og mestringssenter 25.—27. august 2017

Hodr idrettslag vil invitere medlemmer og ledsagere til en aktiv og trivelig helg på Hurdal syn- og mestringssenter 25.—27. august. Aktivitetsleder, Jan Helge Svendsen, vil også i år sørge for at det blir aktiviteter for de tøffe, men også for de mer forsiktige av oss. Vi kan nevne aktiviteter som:

* Kjøring med firehjuling
* Tubekjøring
* Hinderløype i lufta mellom trærne
* Skyting med lydgevær
* Roing
* Padling
* Tandemsykling
* Turgåing
* Jogging
* Bading ute og inne
* Trening i treningsrom

Det Skulle altså være noe for en hver smak.

I tillegg til de fysiske strabasene, kan det fort bli både allsang og hjernetrim om kveldene når Hodr-gjengen er samlet.

Ta gjerne med en venn eller et familiemedlem som kan fungere som ledsager. Ellers håper vi at flere fra ledsagerkorpset lar seg friste til å bli med.

Les nøye gjennom detaljene om reise, priser og påmelding som du finner under

* Avreise fra Sporveisgt 10 fredag 25. august kl 16.30
* Avreise fra Hurdalen søndag 27. august kl 14.30
* Pris for medlemmer: Kr 1.000
* Pris for barn/ungdom under 17 år: Kr 500
* Barn under fire år går gratis
* Pris for ledsagere: Gratis
* Svaksynte som melder seg på som ledsagere, går selvsagt også gratis

Påmelding innen 09. juni

Betaling er lik bindende påmelding.

Påmelding/betaling til: Hodr idrettslag

V/Øystein Johnsen Brevik

Åsengata 7 A 0480 Oslo

Kontonummer: 7877.06 78357.

Skriv påmelding til aktivitetshelg i feltet for betalingsinfo.-

Obs: Alle som skal være med, medlemmer og ikke-betalende ledsagere, må i tillegg sende en e-post eller ta en telefon til: Stein Morbech. **Mobil:** 96 51 41 22

**E-post:** [stein.morbech@gmail.com](mailto:stein.morbech@gmail.com)

Du må gi beskjed om følgende:

* Du er ledsager
* Du er deltaker
* Enkelt/dobbeltrom (vi tar ikke noe ekstra for enkeltrom)
* Førerhund
* Matallergi
* Kjører egen bil
* Evt annet vi bør vite i forbindelse med oppholdet

Vi gleder oss til en aktiv og hyggelig helg på Hurdalsenteret.

Vårlig hilsen fra styret