Taktikläger Camp Gielas Arvidsjaur, 15 – 17 aug

**Fredag 15 aug**

* Vi samåker m egna fordon till A-jaur ( 18,50 kr/mil i reseersättning)
* Beräknad ankomst kl. 18,00.
* **Ulf,s genomgång startar kl. 18,59 = Ombytta & klara!!**
* Vi bor i 4-bäddsstugor (fördelningen görs av ledarna )
* **Ta med kall middag att äta vid ankomst (Micro finns i stugorna)**
* **OBS!** Ta med sängkläder (lakan, påslakan, örngott), samt trän.kläder badlakan etc.
* Vi bor på camp Gielas i Arvidsjaur – 4-bäddsstugor
* Vi tränar kl. 19,30 – 21,15
* Kvällsmål (youghurt + frukt) finns tillhands efter träningen

**Lördag 16 aug**

* Vi äter frukost i huvudbyggnaden (ingår), kl. 08,30
* Teori kl. 09,30 – **Ombytta & klara för träning!**
* Vi tränar lördag förm. Ca: 10,00 – 11,45. ***Yoghurt finns direkt efter träningen!***
* Vi lagar lunch i resp. stuga (tillhandahålls via Notas, Pär handlar)!
* Teori kl. 16,15. OBS!! Ombytta & klara för träning!
* Vi tränar lördag eftm. Ca: 17,00 – 18,45
* Vi ordnar middag i resp. stuga (tillhandahålls via Notas, Pär handlar)

**Söndag 17 aug**

* Vi äter frukost i huvudbyggnaden (ingår), kl. 08,00
* Vi städar av stugorna fram till kl. 10,00
* Teori kl. 10,15 = ***Ombytta & klara!***
* Vi tränar söndag förm. Ca: kl. 10,35 – 12,20
* Yoghurt + frukt finns tillhands efter träningen
* Vi checkar ut, senast kl. 12,20
* Lunch i A-jaur (egen kostnad)
* Vi åker hem i samlad bilkaravan!