**Att träna tillsammans är roligt så**

**välkomna till Häverödal den 14 Maj!**

För en MTB-Cykel träning, för er födda 03 och äldre.

Vi samlas klockan 10.00 på Lundåsvallen.

Det kommer att vara två MTB-Cykel pass.

**Pass 1:** Börjar klockan 10.00 och sedan är vi tillbaka klockan 12.00.

**Lunch:** Ta med er egen matsäck, grill och mikro finns tillgängligt.

**Pass 2:** Börjar klockan 13.00 och sedan är vi tillbaka cirka 15.00.

**Utrustning:**

MTB-Cykel, Hjälm, Vätskebälte, Matsäck, Kläder efter väder och tillgång till dusch och bastu finns tillgängligt till de som vill.

****

 **Hoppas vi ses den 14 Maj!**

**Vid frågor ring:**

**Roine: 070-2465614**

**Jocke: 070-3503030**