

Upplands skidförbunds sommarläger i Öregrund 29-30 juni 2019

Nu har vi sparkat igång skidverksamheten för säsongen 2019/2020 inom Upplands skidförbund och genomfört det årliga sommarlägret i Öregrund. Årets upplaga lockade cirka 50 deltagare (30 aktiva ungdomar och juniorer) från sju olika klubbar; Brottby SK, Gimo IF, Häverödals SK, IK Rex, Storrreta IF, Vassunda SK och Öregrunds IK. Lägararrangör detta år var Per och Anna Sjöberg från Gimo IF.

Öregrund bjöd på varierande väderförhållanden, dock mestadels varmt och gassande sol. Träningsupplägget var likt tidigare år med distanslöpning på lördag förmiddag, styrketräning och intervallbana på lördag eftermiddag och rullskidsåkning på söndagen. Till lördagskvällen hade Hans-Olov Claesson satt ihop en finurlig sexkamp och kvällsaktiviteten avslutades med glass vid klipporna i Öregrunds hamn.

Träningsarna genomfördes med tre grupper; ICA (06-07) + yngre, Folksam (04-05) samt juniorer. Huvudledare för ICA + yngre var Anders Adill, för Folksam Linda Björnström Jeleby och juniorerna Joakim Sköld och Pernilla Söderqvist.





Likt tidigare år var stämningen på topp under lägret, både under träningarna och under övrig tid. Det är fantastiskt inspirerande som ledare att se inställningen hos de aktiva under träningspassen samt glädjen och vänskapen som genomsyrar gruppen under våra distriktssamlingar.

Ett särskilt stort tack till Anna och Per Sjöberg, som ansvarade för att sommarlägret genomfördes. Snyggt jobbat! Guldstjärna för maten också, den var riktigt god och näringsriktig. Och tack alla föräldrar och ledare för engagemanget under lägerhelgen och den positiva stämningen som ni bidrar med.







Nu ser vi fram emot nästa samling för Upplands skidförbund, träningslägret på Åland preliminärt 14-15 september (obs, kan ändras). Håll utkik efter inbjudan på Upplands skidförbunds hemsida.

Ha det gott i sommar, se till att hitta den rätta balansen mellan roliga aktiviteter och skönt slappande! Jag firade min första semesterdag med en 90 minuters rullskidstur, en rolig aktivitet och avslappning i ett. Kvalité!

Ha det bäst alla skidvänner!

/Anders Adill