

SOMMERSAMLING FOR 60+

29.-31. mai blir det sommersamling for 60 år pluss. Samlingen er åpen for alle over 60 år som trener NTN Taekwon-Do i Norge. Samlingen foregår i Surnadal, og treningene blir tilpasset målgruppen.

Dato: 29.-31. mai 2024

Sted: Idrettshallen i Surnadal

Priser

Alternativene for overnatting er enkeltrom eller dobbeltrom på Thon Hotell Surnadal. Her er det frokost inkludert, men lunsj må ordnes selv på torsdag og fredag. Det er mulig å smøre seg matpakke under frokosten på hotellet (kr. 120,- per dag, som betales direkte til hotellet). På onsdag må man ordne seg med middag selv (det er flere restauranter i Surnadal). På torsdag er det grillkveld på gammelfabrikken til Talgø i Todal, mat og busstransport er inkludert i prisen.

Alternativ 1 - enkeltrom på hotell	3800,- per person
Alternativ 2 - dobbeltrom på hotell	2900,- per person
Alternativ 3 - kun trening og sosialt (ordner overnatting selv)	1600,- per person





Timeplan

Onsdag

Ankomst og innkvartering	15.00
Middag (ordnes selv)	16.00
Trening i idrettshallen	18.00
Sosialt samvær på hotellet	20.30

Torsdag

Frokost på hotellet	08.00
Trening i idrettshallen	10.00
Lunsj (ordnes selv)	11.30
Trening i idrettshallen	14.30
Buss til Talgø for grillkveld	17.00
Buss tilbake til hotellet	22.00

Fredag

Frokost på hotellet	08.00
Trening	10.00
Lunsj (ordnes selv)	11.30
Avreise	13.00



Påmelding

Påmelding til sommersamlingen gjøres her:

<https://forms.monday.com/forms/6713dcfd1f14309b93b2c1bb0c455079?r=use1Betaling>

Betaling gjøres ved påmelding via Vipps eller i resepsjonen hos Trondheim Taekwon-Do klubb. Ønsker man å betale med Vipps gjøres det til #86565 Trondheim TKD arrangement. Merk betalingen med «Sommersamling» og fullt navn.

Spørsmål?

Dersom du har noen spørsmål om sommersamlingen, ta kontakt med Gunnar Rugsveen på e-post gunnar@ntkd.no eller tlf. 957 27 162.