



Æfingabúðir

Ísafirði 24. - 27. nóvember 2016

Æfingabúðir fyrir áhugafólk um skíðagöngu 24. - 27. nóvember 2016

Í samstarfi við Skíðafélag Ísfirðinga, Ísafjarðarbæ og Hótel Ísafjörð

Þjálfarar:

Stella Hjaltadóttir - Hólmfríður Vala Svavarsdóttir - Kristbjörn R. Sigurjónsson - Einar Ágúst Yngvason
Heimir Gestur Hansson - Steven Gromatka - Daníel Jakobsson - Pröstur Jóhannesson

Dagskrá:

Fimmtudagur 24. nóvember 2016

- Tækniæfing kl.18:00-19:30 (mæting 17:30)
- Fyrirlestur um þjálfun og tækni á Hótel Ísafirði kl. 20:30, Steven Gromatka

Föstudagur 25. nóvember 2016

- Æfing: 10:00-12:00 (mæting 9:30)
- Æfing: 17:00-18:30 (mæting 16:30)

Laugardagur 26. nóvember 2016

- Æfing: 10:00-12:00 (mæting 9:30)
- Áburðarkennsla Gönguhúsi: 14:30-15:30, Daníel Jakobsson
- Æfing: 16:00-17:30 (mæting 15:30)
- Kvöldverður: 19:30-23:00.
Heimir G. Hansson heldur fyrirlestur um
Fossavatnsgönguna

Sunnudagur 27. nóvember 2016

- Æfing: 10:00-12:00 (mæting 9:30)

Allar æfingar fara fram á Seljalandsdal

Við leggjum áherslu á að fólk mæti tímalega og allir tilbúnir þegar æfing byrjar.

Æfingagjald kr. 14.000,- leggist inn á
0556-26-6909, kt. 690905-0430

Sameiginlegur kvöldverður

Verður á Hótel Ísafirði frá kl. 19:30-23:59,
laugardaginn 26. nóvember. Verð kr. 4.500,- pr.mann

Aðalréttur: Lambaribeye m/smjörsteiktum sveppum,
sætum kartöflum og rauðvínsósu

Eftirréttur: Frönsk eplakaka

Þátttaka í málsverði þarf að staðfesta f.hád. 24. nóv.

Nánari upplýsingar: Kristbjörn s. 896 0528

Skráning: Fer fram á fossavatn@fossavatn.com



Tilboð í gistingu og mat:

Við viljum vekja athygli á sértilboði Hótel Ísafjarðar, sem eingöngu er ætlað þátttakendum í samæfingunni, sjá nánar [hér](#).

Þrjár nætur með/án fæðis og þátttökugjald í æfingabúðirnar*

- Gisting með morgunverði í þrjár nætur og þátttökugjald 22.000 ISK
- Gisting með morgunverði í þrjár nætur og þátttökugjald og hálf fæði 29.900 ISK
- Gisting með morgunverði í þrjár nætur og þátttökugjald og fullt fæði 34.900 ISK

*Verð er per gest miðað við tveggja manna herbergi.

Innifalið í verði er þátttökugjald í æfingabúðirnar til Fossavatnsgöngunnar 14.000 kr.