










# TRÄNINGSLÄGER

Challenge yourself camp!

Engelholms BMX

	<b>Plats:</b> Engelholms BMX Arena Sibirienvägen, 262 53, Ängelholm
	<b>Träningschema</b> (separat tidsschema kommer att tilldelas innan lägret): Samling: 09.00 Avslutning: 15.00
	<b>Klasser:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● SX med Pro Section för de som redan bemästrar detta med avslutande heatträning.</li><li>● SX med Pro Section för de som inte riktigt bemästrar det än och är minst 13 år, avslutas med heatträning</li><li>● Utmanade träning för dem mellan 11–13 år, avslutas med heatträning</li><li>● Utmanande övningar för dem upp till 10 år, avslutas med heatträning</li></ul> <p><b>Det är endast tränarna som har frihet att flytta cyklister mellan grupperna.</b></p> <p>Anmälan sker via <a href="https://docs.google.com/forms/d/1D62aomraAtFOphK0ejCRMkGcQ_vEzr4b24YjUh5-KgA/edit?ts=6501694f&amp;pli=1">https://docs.google.com/forms/d/1D62aomraAtFOphK0ejCRMkGcQ_vEzr4b24YjUh5-KgA/edit?ts=6501694f&amp;pli=1</a>.</p> <p>Lägret har en kostnad på 200 kr/cyklist, <b>anmälan är bindande</b> men <b>giltig först när betalningen kommit Engelholms BMX tillhanda</b>.</p> <p>Ta med dig din transponder för tidtagningen kommer vara i gång på banan. Har du ingen egen så går det bra att hyra till en kostnad av 50: -. <b>OBS:</b> det finns endast ett begränsat antal, så först till kvarn...</p> <p>Betalning görs till EBMX via Swish 1234956801 – ange Träningsläger och cyklistens namn. Utländska cyklister betalar på plats med kort.</p>
	<b>Viktig information:</b> Lägrets fokus är 20" cyklisterna men 24" cyklisterna får gärna delta men i mån av plats. Förändring kan uppstå och kommer då förmedlas av tävlingsledare i FB-gruppen <b>Swecup 7 med efterföljande läger</b> . Föräldrar och besökare ska stå utanför banan under lägret. Sjukvård finns på plats.
	<b>Regler för cyklist under träningsläger:</b> Heltäckande kläder samt handskar Fullfacehjälm Cyklisten skall ha en godkänd UCI licens Barn/ungdomar under 13 måste ha en vuxen på plats under lägret.
	<b>Kostnad:</b> Kostanden för lägret är 200 kr per cyklist I priset ingår lunch. Det serveras hamburgare med bröd inklusive dryck.

	<p>Det serveras hamburgare (90 gram) med bröd och dryck för cyklister upp till och med 12 år.</p> <p>Det serveras hamburgare (150 gram) med bröd och dryck för cyklister från 13 år och uppåt.</p> <p>Ta med dig din transponder för tidtagningen kommer vara i gång på banan. Har du ingen egen så går det bra att hyra till en kostnad av 50: -. <b>OBS:</b> det finns endast ett begränsat antal, så först till kvarn...</p>
	<p><b>Kiosk:</b></p> <p>Kiosken kommer vara öppen med enklare servering.</p> <p>Syskon och vårdnadshavare kan, i anmälan, beställa lunch. Det serveras hamburgare, 90 gram, med bröd för 50: - eller hamburgare, 150 gram, med bröd för 70: -.</p>
	<p><b>Frågor:</b></p> <p>Maila <a href="mailto:tavling@ebmx.se">tavling@ebmx.se</a> vid eventuella frågor.</p>