



## Träningshelg i Uppsala 17-18 mars - program

Läs även separat tränings-PM

### Lördag 17 mars

- Från 9.30 Samling vi OK Linnés klubbgård [kartlänk](#)  
10.00 Klara för träning.  
Träning i Stadsskogen (start 800 meter från klubbgården)
- 12.00 Lunch **OBS! Ta med egen lunch** (två mikrovågsugnar finns)  
Efter lunch Teori
- 14.00 Avfärd till träning  
14.30 Träning i Morga, samling på Sands parkering [kartlänk](#)
- 16.00 Dusch och bastu  
Frukt och fika
- 18.00 Pizza  
Vi beställer från Pizzeria Svamptorget, självkostnadspris. Anmäl vilken pizza du vill ha på Linnés hemsida och betala helst med swish. Anmälan kommer upp senast måndag 12 mars.
- Social aktivitet

### Söndag 18 mars

- 9.30 Avfärd till träning  
10.00 Träning i Stenhagenskogen [kartlänk](#)
- 12.00 Gemensam lunch i OK Linnés klubbgård  
13.00 Avslutning