

## Preliminärt Rese-PM 10mila i Umeå 2023

### **Deltagare till Swedish League och 10mila:**

#### Onsdag 17/5

- Avresa senast 08.00 från Norrköping/Åby i minibussar
- Upplockning av de från annan avreseort efter vägen enl. överenskommelse
- Träning någonstans längs vägen
- Övernattning på hotell i Umeå

#### Torsdag 18/5

- Resa från Umeå till SL-tävlingen söder om Skellefteå (ca 2 timmar)
- Efter tävlingen, resa till hotell i Fällfors 40 min nordväst om Skellefteå

#### Fredag 19/5

- Ledigt, lätt träning och ev. aktivitet

#### Lördag 18/5

- Avfärd till 10mila i olika omgångar beroende på start (vi behåller några rum på hotellet)
- I Skellefteå finns det bokad sovplats på hårt underlag i "närheten" av arenan

#### Söndag 19/5

- Efter målgång, hemfärd. Förhoppningsvis hemma till midnatt.

### **Deltagare till endast 10mila**

#### Fredag 19/5

- Avresa senast 08.00 från Norrköping/Åby i bil
- Träning någonstans längs vägen
- Övernattning på hotell i Umeå

#### Lördag 18/5

- Resa från Umeå till 10mila Skellefteå (ca 2 timmar)
- I Skellefteå finns det bokad sovplats på hårt underlag i "närheten" av arenan

#### Söndag 19/5

- Efter målgång, hemfärd. Förhoppningsvis hemma till midnatt.

### **Övrigt / Att tänka på**

- Måltider: Frukost ingår på hotellet, ev. medhavd lunch på ditresan, övriga måltider handlas.
- Inga matlagningsmöjligheter på hotellet men det finns kyl och micro.
- Inomhus(hockey)arena på 10mila men vi kommer även att ha klubbält som vanligt.
- Tag med sovsäck och liggunderlag.
- Glöm inte ta ledigt från skola eller jobb