**Upplands skidförbunds sommarläger i Öregrund 1-2 juli 2017**

Nu har vi genomfört Upplands skidförbunds sommarläger i Öregrund, startskottet för skidverksamheten i distriktet säsongen 2017/2018! Totalt deltog 60 glada och positiva barn, ungdomar, föräldrar och ledare från elva olika klubbar (Brottby SK, Bålsta SK, Bälinge IF, Gimo IF, Häverödals SK, IK Rex, Månkarbo IF, Storvreta IK, Tierps IF, Vassunda IF samt lägervärdarna Öregrunds IK) under lägerhelgen (1-2 juli).

Öregrund bjöd på fantastiska förhållanden för sommarläger, mestadels soligt och skön luft-temperatur (badtemperaturen kunde dock vara något varmare, brrr…). Upplägget för träningarna påminde om tidigare års samlingar med distanslöpning på lördag förmiddag, styrkebana och rörlighetsövningar på lördag eftermiddag och rullskidsåkning på söndagen. Till lördagskvällen hade Hans-Olov Claesson satt ihop en finurlig sjukamp och kvällsaktiviteten avslutades med glass och umgänge i solnedgången vid klipporna.

Träningarna genomfördes med tre grupper; ICA + yngre, Folksam och Juniorer. Huvudledare för grupperna var Anders Adill (ICA + yngre), Joakim Sköld och Anna Sjöberg (Folksam) och Ulf Bergström och Hans-Olov Claesson för juniorerna. Glädjande detta år var att så många juniorer deltog vid lägret, hoppas detta upprepas vid kommande sommarläger.

Likt tidigare år var stämningen på topp under lägret, både under träningarna och under övrig tid. Det är fantastiskt inspirerande som ledare att se inställningen hos de aktiva under träningspassen samt glädjen och vänskapen som genomsyrar gruppen under våra distriktssamlingar. Och tack alla föräldrar och ledare för engagemanget under lägerhelgen och den positiva stämningen som ni bidrar med.

Nu ser vi fram emot nästa samling för Upplands skidförbund, träningslägret på Åland 9-10 september. Håll utkik efter inbjudan på Upplands skidförbunds hemsida.

Ha det gott i sommar, se till att hitta den rätta balansen mellan aktiviteter och slappande! Då mår man ju bäst!

/Anders