



Nyhedsbrev Ungdom – august 2025

Kære ungdomsløbere!

Så er vi i gang igen efter en lang og forhåbentlig dejlig sommerferie. Sidste onsdag var der en fantastisk energi at mærke, da vi tog hul på efterårssæsonen, og vi glæder os til mange magiske o-løb i skoven og godt fællesskab til træning og på stævnepladser rundt omkring.

Træningstidspunktet er uændret kl. 17.15 - 18.30 med efterfølgende fællesspisning når træningen er i Nørreskoven. Den samlede træningsplan kan ses på hjemmesiden. Som nævnt i onsdags vil vi trænere opfordre helt eksplicit til at man tager bad og klæder om inden fællesspisning, hvilket mange af jer jo allerede gør. Ligesom på U1: bad før mad 😊 Vi synes det er en vigtig del af fællesskabet at gøre det på den måde. Der er både noget socialt og hygiejnisk i det, og så giver det måske også en anden ro på fællesspisningen, at man ikke kommer direkte ind fra skoven.



Mange af jer var med til JFM-stafet og Lang i den forgangne weekend, hvor vi havde hele fem stafethold med fra OK SNAB Ungdom (foto). Alle gjorde det rigtig godt, og der blev ovenikøbet hentet masser af medaljer hjem, både i stafet og individuelt. Stærkt!

På lørdag d. 23. august er nogle af jer tilmeldt DM Mellem i Rebild Bakker, og så er der et vigtigt kryds i kalenderen **søndag d. 28. september**, hvor vi skal løbe divisionsfinale. Som sædvanligt bliver der gjort lidt ekstra ud af

divisionsfinalen med kage, sodavand, leg og hygge på stævnepladsen efter løbet 😊

Vi vil også fremhæve muligheden for at deltage i DM-stafet og Lang i Tisvildeleje d. 13.-14. september. Man sørger selv for overnatning, og flere SNAB-folk har allerede bestilt værelse på Skt. Helene Vandrehjem i Tisvildeleje.

Endelig vil vi minde om muligheden for at komme på KLUBTUR til Sverige i efterårsferien, 16.-19. oktober. Se hjemmesiden!

Vi ses i skoven 😊

Mange o-hilsner fra u-trænerne