

# FKK bootcamp



## OSU

Velkommen til årets bedste lejr!

Forkæl dig selv fysisk og mentalt.

Variert træning, socialt samvær, lækker mad; det hele pakket ind i smukke omgivelser.

### HVOR

Fredensborg Vandrerhjem

Østrupvej 3

3480 Fredensborg

Tlf.: +45 6054 9700

mail@fredensborgvandrerhjem.dk

Værter: Charlotte & Anders Fosvald

### HVORNÅR

30. august – 1. september 2024

Ankomst fredag kl. 17:30. Afgang fra søndag kl. 13.00

### PRIS

Til og med 11 år: 550 kr.

Fra og med 12 år: 650 kr.

T-shirt: 120 kr. (valgfrit)

**Lejr og t-shirt betales ved tilmelding på Holdsport senest 8. august 2024**

Prisen dækker fuld forplejning (også fredag aften)

Særlige hensyn til forplejning aftales direkte med vandrerhjemmet.

### God ide at medbringe:

- ⊗ 2 gier (om muligt), husk bælte 😊
- ⊗ Løbesko og ekstra sokker
- ⊗ Varmt tøj til under gien (hvid t-shirt/sweat-shirt)
- ⊗ Toiletartikler
- ⊗ Sengelinned og håndklæde (kan også lejes)
- ⊗ Drikkedunk
- ⊗ Lille rygsæk (evt. juice-/cacaobrikker, energibarer...)
- ⊗ Medicin
- ⊗ Sovedyr ☺

**OSU!**