

T E A M D R I V BASIS

Årsplan fellestreninger 2023 / 2024

15. august - 14. desember

Tirsdag kl. 18:00 - Rulleski i Maridalen

Torsdag kl. 18:00 - Motbakkeløp / elghufs i Korketrekkeren

9. januar - 26. mars (og etter forholdene)

Tirsdag kl. 18:00 - Langrenn i Linderudkollen

21. mai - 27. juni

Tirsdag kl. 18:00 - Rulleski i Maridalen

Torsdag kl. 18:00 - Motbakkeløp / elghufs i Korketrekkeren

Andre aktiviteter

September

Hjemmesamling i Oslo

Informasjon kommer

Gjennom hele høsten

Stravakonkurranser:

- Frognerseteren (løp)
- Inn - ut Maridalen (rulleski)
- Inn - ut Sørkedalen (rulleski)

Desember

Snøsamling

Informasjon kommer

Januar

26.-29. - Tur til Marcialonga i regi av PWT

Februar

10. - Holmenkollmarsjen

Mars

8.-10. - Artic Marcialonga (felles opplegg)

15.-17. - Birkebeinerrennet (felles opplegg)

T E A M D R I V BASIS

Fordeler basis

- 30% på teambekledning fra Orack. Bestillingsvindu i august 2023.
- 30% på Fuel of Norway produkter. Bestillingsvindu spredt gjennom høsten.
- 40% på Alpina, Rode, KV+, Ledlenser, Kästle. Bestillingsvindu spredt gjennom høsten

Pris basis-medlemskap

300 kr pr. mnd.

Ingen bindingstid

2 mnd. oppsigelsestid fra 1. i mnd

"Klar for"

En av nyhetene denne sesongen er pakken "klar for". Her samarbeider vi med arrangørene av Holmenkollmarsjen og Birken for å tilrettelegge for at du skal stille best mulig forberedt til start. Dette er et tilbud både for deg som basis og premium-medlem.

Pakken inneholder:

- 2x utholdenhetstester (laktatprofil) på rulleski eller løp - test/retest. Dette gir deg kunnskap og informasjon om intensitetsstyring i treningen din
- 1x treningsveiledning 50 min med trener fra Driv
- Rabattkode til påmelding på Holmenkollmarsjen / Birken

Pris "klar for":

3 100kr