**Træningstur til Halland og Skåne med Laholm Vandrehjem som udgangspunkt.**

**Ankomst fredag den 13. maj - Afrejse mandag den 16. maj 2016 (2. pinsedag)**

**Program for træningstur til Halandsåsen/Sydsverige**

**Fredag - Rute: Nord Halland rundt, kuperet og smukt cykelterræn, 131 km. og 1.225 HM.**

**Lørdag - Rute: Bjergetape, 5 "gange" over Hallandsåsen, 116 km. og 1.075 HM.**

**Søndag - Rute: Hallandsåsen, meget kuperet, 97 km. og 1.204 HM.**

**Mandag - Rute: Syd Halland rundt, let kuperet, 95 km. og 626 HM.**

----------------------------------------------------------------------------------------------

**Pris kr. 2.050,- som inkludere:**

4 dage/3 overnatninger

Indkvartering på Laholm Vandrehjem i 4 sengs værelser

Stor morgenmads buffé, frokost (madpakke) og rigtig god aftensmad under opholdet - startende med aftensmad fredag og afsluttes med frokost mandag

Håndklæde, sengelinned, slutrengøring og vandrekort

3 cykelguide - 3 forskellige niveauer

Tilrettelagte og guidede cykeletaper

Transporten sørger du selv for

-------------------------------------------------------------------------------------

For at deltage på turen skal du være i stand til at cykle mellem 90 km. og 130 km. Om dagen i et bakket terræn. Din racercykel skal være i tip top orden og det anbefales at din cykel er monteret med minimum gear 26-38, kompakt eller trippel. Cykelhjelm er obligatorisk.

Det er tilladt selv at medbringe, vand, vin og øl.

Guider på turen: Bo Lyngbye og Michael Nielsen og ?

Se mere om turen på [www.bolyngbye.dk](http://www.bolyngbye.dk) – hjemmesiden er ikke opdateret, men de anviste ruter er vejledende.

Turen bestilles hos undertegnede. Betaling først den 1. april 2016 – konto 1329 – 2787251598

Jeg har lejet hele Laholm Vandrehjem – halvdelen af pladserne er forhånds reserveret.

Bo Lyngbye • Jellerød Parkvej 25 • 2980 Kokkedal • tlf. 2540 8517 • lyngbye@tdcadsl.dk - www.bolyngbye.dk