



Kangeiko 2010

am

Wirberg bei Reiskirchen

Datum: 08.01. – 10.01.2010

Abfahrt: 09.30. Uhr von der Grundschulhalle in Lollar

Rückfahrt: 10.00. Uhr vom Wirberg

Kosten: 25 €

Zum mitbringen:

- **Lust auf hartes Training**
- Bettwäsche
- Laufschuhe
- Laufklamotten (warme Unterwäsche dazu - doppelt)
- Socken (auch dickere, warme)
- Mütze (2 stück)
- Schall
- Handschuhe
- Warme Klamotten fürs Haus

Nicht erlaubt:

Coca Cola, Süßigkeiten und anderes Zeug zum naschen.

