



## MS PÅ HJUL – MESTRING OG SYKKELGLEDE

Bli med på en uforglemmelig tur til Merket – fire dager fylt med sykkelglede, naturopplevelser og godt samvær i vakre Valdres-omgivelser!

### FORELØPIG PROGRAM

#### TORS DAG

27.08.26

 **Velkommen!**

Oppmøte kl. 17:00

#### FREDAG

28.08.26


 Utprøving av sykler

Sykkelaktiviteter i nærområdet

 Quiz og sosialt samvær i peisestua

#### LØRDAG


29.08.26

 **Sykkeltur på Mjølkevegen**

Nydelig utsikt over fjellene i Valdres, Hemsedal og Jotunheimen

#### SØNDAG

30.08.26

 Hjemreise etter frokost

### PRIS OG PRAKTISK INFO



#### DOBBELTROM

kr 1 200,-  
per person



#### ENKELTROM

kr 1 420,-  
per person



#### INKLUDERT

3 overnattinger  
Fullpensjon + aktiviteter  
Ledsagere: samme pris

**⚠️ Viktig:** Husk å krysse av for antall døgn ved påmelding. Vi betaler Merket per overnattende per døgn – ubenyttede rom faktureres til full pris.

## 📝 PÅMELDING

### BINDENDE PÅMELDING

**🕒 Frist: 1. juli 2026**

Betal til konto: **1100 50 40983** (Follo MS forening)

Merk: **Merket 26 + navn på deltager**

[🔗 Meld deg på her](#)



### 📱 SKANN FOR Å MELDE DEG PÅ

Bruk mobilen til å skanne QR-koden, eller klikk på lenken over for å åpne påmeldingsskjemaet direkte.

[🔗 forms.office.com/r/C3Zwjr5P9C](https://forms.office.com/r/C3Zwjr5P9C)

## 📞 SPØRSMÅL?



**Katrine Bagge  
Skarheim**  
tlf. 482 95 312



**Anne  
Sjøvold**  
tlf. 909 57  
716



### Støttet av Stiftelsen Dam

Prosjektet er støttet av Stiftelsen Dam. Stiftelsen Dam har 49 medlemsorganisasjoner som alle jobber innen helse og frivillighet i Norge. Stiftelsen er finansiert med spillemidler fra Norsk Tipping.