

Høst-Samling 2009

Bli med på Taekwon-Do samling for deg fra 7 til 16 år

Vi har glede av å invitere til høst-Samling, 31. oktober. og 1. november 2009.

Hvem kan delta?

Deltakere vil være fra 7 til 16 år. **NB! Vi har et eget opplegg for dere som er fra 12 år til 16 år.**

Alle beltegrader kan delta så sant de er medlem i Christiania, Christianslund, Porsgrunn, Arendal eller Kristiansand Taekwon-Do klubb.



Hvor?

Skien Fritidspark (Moflatvegen 38, 3733 Skien,) ligger ca to timer fra Oslo og Kristiansand - Følg E-18. Tog: nærmeste jernbane stasjon er Skien (ca 5 minutter med taxi).

Skien fritidspark, et topp moderne anlegg

Skien fritidspark består av mer enn 20 000m² med innendørs anlegg til bruk for store og små. I tillegg er det mer enn 30 000m² med uteareal til aktiviteter og parkering. Totalt disponerer Fritidsparken ca 1000 dekar hvorav store deler består av et variert turterreng i skogsområde.

Flerbrukshallen

Flerbrukshallen er en moderne, lys og trivelig idrettshall med parkettgulv.

Hjemmeside

<http://www.skienfritidspark.no/>

Dagsplan

Lørdag 31. oktober:

Avreise buss Oslo kl. 09:00

Teoriundervisning på bussen kl 09:00-11:30

(NB! Husk matpakke på bussen)

Trening kl. 12:00 - 14:00

Lunch - innsjekking kl. 1400 - 1500

Bading kl. 15:00 - 17:00

Trening kl. 17:00 - 18:30

Middag kl. 19:00

Kveldsaktiviteter kl. 20:00 - 22:00

Rotid: kl 22:00

Søndag 1. november:

Frokost kl. 08:00 - 09:30

Utsjekking FØR KL. 10:00

Trening kl. 10:00 - 12:00

Lunch kl. 12:00 - 13:00

Bading kl. 13:00 - 15:00

Trening kl. 15:00 - 1545

Slutt: Avreise senest kl 1600.

Alternativ B Barna må bli hentet av foreldre / venner ca kl 1745 Hotel Opera.



Ulike alternativer

ALT A Trening, overnatting med 3-4 på rommet lørdag til søndag, og full pensjon, samt fri tilgang til badeanlegg. Pris kr 1250,- per person. **Oppmøte kl 1145 i hallen, lørdag 31. oktober**

ALT B Trening, overnatting med 3-4 på rommet lørdag til søndag, og full pensjon, samt fri tilgang til badeanlegg. I tillegg buss tur-retur Oslo - Skien Fritidspark. Pris kr 1490,- per person. **Oppmøte kl 0900, lørdag 31. oktober Utenfor Hotel Opera (Christian Frederiksplass 5).**

ALT C Ikke trening (foreldre/foresatte/søsken). Pris kr 950,- per person på **dobbelrom** inklusiv overnatting, frokost, middag og tilgang til bading. **Innsjekking etter kl 1200 lørdag 31. oktober.**

ALT D Kun trening, lunch, middag og tilgang til bade anlegget. Pris kr. 950,- per person. **Oppmøte kl 1045 i hallen, lørdag 31. oktober.**

NB! Ved bestilling av dobbeltrom må det spesifiseres hvem du ønsker å bo på rom sammen med. Med full pensjon menes frokost, lunch, middag og tilgang badeanlegg. Vi bestreber oss på at maten er tilrettelagt for barn.



Sikkerhet

Barna blir delt inn i grupper og hver gruppe har en egen instruktør som har ansvaret for denne gruppen begge dagene. Gruppeansvarlig instruktør sørger for vekking om morgenen, felles bespisning, felles avgang til treninger, aktiviteter, og legging. Gruppeansvarlig instruktør vil bo i nærheten av sin gruppe. De som eventuelt skulle ha en skade eller sykdom plikter å informere om dette til en av instruktørene. Vi har tilgang til et stort og flott badeanlegg som vi kan benytte fritt. Anlegget har stor sklie, bobleanlegg og basseng, etc. og er betjent av badevakter. Vi gjør oppmerksom på at bading forgår på eget ansvar og vi må ha beskjed dersom du ikke skal bade.

Påmelding

Det er begrenset med plasser og pågangen for å være med på samlingen er stor, så vær rask dersom du ønsker å sikre deg plass. Den som er først med innbetaling får selvsagt plass først da **“Førstemann til mølla”**- prinsippet gjelder.

Påmeld. frist er 1. okt 2009. Det er kun innbet. som gjelder som påmelding.

Innbetaling skjer til:

Konto. 7044 05 32762, PreCare (Høst-Samling), Holgerslystveien 17, 0280 Oslo.

NB! Merk betalingen med alt.,navn, adresse, klubb, grad og fødselsdato.

Foreldre og foresatte er hjertelig velkommen til å være med sammen med barna. Se alternativ C.

Spørsmål vedrørende samlingen rettes til:

- Hallgeir Betele 6. Dan, tlf: 90 13 50 80 e-post: hallgeir@lete.no

Vi ønsker alle velkommen til en morsom og lærerik helg!

