



Härlövs IF inbjuder till SKÅNSKT LÄNGDSKIDLÄGER - LÄNGDSKIDUTBILDNING I Sjusjøen, Norge 2 – 9 januari 2018.

Avresa:

Från Skåne 2/1 tidig morgon, troligen en buss från norra Skåne och en från södra Skåne och västkusten upp via E6:an. Ankomst Sjusjøen på kvällen. Påstigning möjlig längs vägen (ange önskemål). Tider och påstigningsplatser meddelas senare.

Busschaufförernas körtider kommer att styra möjligheterna för utgångspunkterna.

(2017 startade vi i Vinslöv och Sjöbo.)

Hemresa:

Från Sjusjøen 9/1 tidig morgon. Ankomst Skåne på kvällen. Avstigning möjlig längs vägen. Tider och avstigningsplatser meddelas senare.

Pris Resa + Boende:

Ca 3 500 kr för vuxna (26 år och äldre) som inte är medlemmar i skånsk skidklubb. Ca 3 300 kr för vuxna medlemmar i skånsk skidklubb. Ca 3 200 kr för yngre som inte är medlemmar i skånsk skidklubb. Ca 3 000 kr för yngre som är medlem i skånsk skidklubb.*

Klubbarna uppmanas att bidra till att fler yngre deltagare kommer med.

Ca 70-75 bäddar är preliminärbokade, ungefär hälften i Sjusjøen (i närheten av Birkebeinerspåret) och hälften i Natrudstilen (vid skidstadion, skidskytteanläggning och utförsbacke.)

Ange önskemål om var du/ni vill bo i samband med anmälan.

*Priset kan variera beroende på kronkurs, beläggning, antal deltagare, mm. Skånes skidförbund bidrar med en liten summa för skånska klubbanslutna deltagare.



Se: www.sjusjoen-skisenter.no/hjem/

Mat:

Vi utgår från att vi ordnar självhushåll i lägenheten för de som vill det. Men det finns också restauranger i området för de som vill utnyttja dessa, men det kan bli långt att gå från boendet. (En rast längs vägen upp görs för inköp av färskvaror.)

Priser Mat:

Räkna med en matkostnad på ca 600 - 800 kr per person vid självhushåll. (Betalas givetvis inte in!)

Skidspår:

Ca 350 kilometer preparerade längdspår i varierande terräng, med 10 km elljusspår. Förutsatt att det finns gott om snö, men anläggningen räknas som en av de mest snösäkra i Norden och de har redan lagt ut skidspår för säsongen! Ingen spåravgift.

Träning:

Möjlighet till teknikinstruktioner kommer att finnas både för klassiskt och skate (Niklas och Ingemar). Vi hyr också in några lokal expertinstruktörer. (Preliminärt Carl-Johan Bergman, Erlig Jevne och Inger-Lise Sæterbakken Jevne.)

Preliminärt bokas 6 st "expertpass":

2 st klassiskt för erfarna

2 st skate för erfarna

1 st klassiskt för nybörjare

1 st skate för nybörjare

Längdskidutbildning:

En möjlighet för att få ut mer av lägret är att vara med på längdskidutbildningen. Alla får givetvis vara med på träningspassen (främst i Natrudstilen) där vi kollar skidteknik och filmar mycket. På kvällarna kollar vi film och diskuterar litteraturen. En genväg att gå från nybörjare till bra längdskidåkare på en vecka eller från bra till klart bättre. Vi rapporterar utbildningen som lärgrupper till Sisu och får bidrag till kurslitteratur.

Ledare:

Niklas Nilsson, Härlövs IF
Ingemar Ericson, Ronneby OK

Anmälan senast 30 november!

För då måste lägenheterna och buss/bussarna bokas definitivt!

Till Niklas Nilsson:
niklas.nilsson@harlovsif.se

Ange vid anmälan:

- Önskad på- och stigningsplats
- Om du vill bo tillsammans med någon/några speciella deltagare
- Önskat boende (Sjusjön eller Natrudstilen)
- Medlemskap i skidklubb
- Deltagande i Längdskidutbildning (ange även personnummer då Sisu behöver detta för redovisning)
- Intresse för "expertpass"

Efter 30 november kan det finnas enstaka platser kvar, så hör gärna av dig om du är intresserad även efter detta datum, men är det fullt i boende och bussen/bussarna, så är det fullt!

Betalning:

Anmälningsavgiften är preliminärt pris för resa + boende - 1 000 kr. (D v s 2 500 kr/2 300 kr/2 200 kr/2 000 kr) och betalas in i samband med anmälan, på Bankgiro 155-4807, Härlövs IF. Resten, ca 1 000 kr, betalas in efter lägret när slutpriset är klart. Ange "Skidläger" och vem eller vilka betalningen avser.

Upplysningar:

Niklas: 0706-67 07 24 eller
niklas.nilsson@harlovsif.se



Mer info kommer till de anmälda när det börjar närmar sig. Men utflykter till andra skidspår, skidanläggningar och "städer" kan förekomma, liksom transporter mellan Sjusjön och Natrudstilen. Och man kan tänka på att det faktiskt kan vara kallt vid denna årstid när man spanar på utrustning till lägret, men uppe på höjderna vid Sjusjön är det ändå oftast uthärdliga temperaturer.

Välkomna till snörika Sjusjön!