



Härlövs IF inbjuder till SKÅNSKT LÄNGDSKIDLÄGER - LÄNGDSKIDUTBILDNING I Sjusjöen, Norge 2 – 9 januari 2019.

Avresa:

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

Busschaufförernas körtider kommer att styra möjligheterna för utgångspunkterna.

(2018 startade vi i Vinslöv och Sjöbo.)

Hemresa:

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

Pris Resa + Boende:

Vuxna:

3700 kr - ansluten till skånsk skidklubb
4000 kr - ej ansluten till skånsk skidklubb
"Ungdomar" 25 år och yngre (1994-):
3200 kr - ansluten till skånsk skidklubb
3500 kr - ej ansluten till skånsk skidklubb
Klubbarna uppmanas att bidra till att fler yngre deltagare kommer med.

Ca 80 bäddar är preliminärbokade, ungefär hälften i Sjusjöen (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.

OBS! Det finns många faktorer som påverkar resans pris, men i år betalas avgiften in i samband med anmälan. Skulle summan bli för liten, så blir det en liten fyllnadsinbetalning. Skulle det bli lite

pengar över, så får man rabatt på beloppet till kommande år. Men med tanke på tidigare år, så ska ekvationen gå jämt upp.



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

Mat:

Vi utgår från att de flesta ordnar självhushåll i sin lägenhet. Det finns restauranger i området, men det kan bli dyrt och långt att gå. (Vi gör ett stopp på vägen upp 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 lokala expertinstruktörer. (Familjen Erlig Jevne kommer och ev någon mer.)

Preliminärt bokas 3 st "expertpass":
2 pass klassiskt och 1 pass skate.
Ange åkvana vid anmälan. På en skala från nybörjare till erfaren tävlingsåkare.

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. En genväg att gå från nybörjare till bra längdskidåkare på en vecka eller från bra till klart bättre. Expertpassen ingår givetvis i utbildningen. Vi rapporterar utbildningen som lärgrupper till Sisu och får bidrag till ev kurslitteratur.

Ledare:

Niklas Nilsson, Härlovs IF
Ingemar Ericson, Ronneby OK

Anmälan så snart som möjligt! Men absolut senast 9 december!

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" (ej utbildning)
- Åkvana för utbildning/expertpass

Efter 9 december 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!

OBS! Vi behöver minst 20 st deltagare för att resan ska bli av! (Av intresset att döma så är det dock inga problem.)

Betalning:

I år betalar du in hela avgiften direkt i samband med anmälan, och i år sköter jag själv ekonomin åt klubben. Inbetalning sker till Bankgiro 505-0232, Niklas Nilsson. Ange "Skidläger" och vem eller vilka betalningen avser. (Om betalningen avser många, så meddela detta i anmälningsmejlet.)

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, t ex Swix i Lillehammer, 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.

Efterlysning: Har någon tips på en bra minibuss med dragkrok och släp att hyra? Vid ca 40-55 deltagare, så kan det vara en lösning för att alla ska få plats i bussen. En eller två chaufförer kan få klart rabatterat pris i så fall.

Välkomna till snörika Sjusjön!