

Velkommen til NTN sommerleir i Målselv



BARNE- OG UNGDOMSLEIR

Uke 26.
mandag 22.juni
til fredag 26.juni



Region Nord og Målselv Taekwon-Do klubb inviterer til NTN Taekwon-Do sommerleir for barn og ungdom. Leiren er for deg som er medlem i en NTN Taekwon-Do klubb og går i 2. klasse eller mer på barneskolen. Ungdomsleiren er for de som skal begynne på ungdomskolen, går på ungdomskolen eller skal begynne på videregående skole. Vi fortsetter også suksessen med et voksenparti.

Start:

Mandag 22. juni 2015.

Første trening starter kl. 10.00.

Tilreise søndag eller mandag.

NB! Innsjekk er på søndag mellom 17.00 og 19.00!

Slutt:

Fredag 26. juni 2015.

(hjemreise senest kl. 16.00)

Instruktører.

Kent Tore Skagen 6.dan, Paul Mathiassen, 5.dan, Hans Tore Asphaug, 4.dan

Vidar Lindgård, 3.dan, Peter Kvig, 3.dan, Mats Olsen

Myrland, 1.dan + mange andre som vil gjøre dette til en flott opplevelse!



Spørsmål?

Kontakt Paul Mathiassen på
tlf: 48 13 14 54

epost: paul@kick.pm

Trening.

Treningen foregår i en hall som deles inn i 3 mindre haller. (Bardufoss Idrettshall). Ved fint vær vil det også foregå ute. Gymsalen på Høgtun vgs skole vil bli brukt av voksenpartiet. En del av treningen foregår i fellesskap, men mesteparten av tiden blir elevene delt inn etter hvilken beltegrad de har, og får lære sitt pensum.

Utstysbutikk.

Det vil bli salg av Taekwon-Do utstyr. Butikken er åpen hver dag etter trening. Vi vil selge drakter, belter, bøker, sparringsutstyr o.l.

Gradering – Ny beltegrad.

Gradering er for de som har hatt så stor fremgang under leiren at instruktøren anbefaler dem å prøve å gå opp til gradering. Graderingsavgiften på kr. 250,- er ikke inkludert i prisen.

Andre aktiviteter.

Det vil bli lagt opp til en del kveldsaktiviteter. Det vil bli blant annet arrangert diskotek og filmkveld. Torsdag blir det grilling og avslutning med oppvisning fra instruktørene + annen underholdning.

NB! Husk og ta med badetøy da en treningsøkt vil foregå i basseng (Polarbadet). Det må gis beskjed til leirledelsen hvis elevene ikke skal delta på bading i Polarbadet.



Kiosk

Vi vil ha en kiosk som er åpen 2 timer på ettermiddagen.

Treningsopplegg mandag til torsdag:

Kl. 08:00-09:30	Frokost og smøring av matpakker.
Kl. 10:00-12:00	Første treningsøkt.
Kl. 12:00-13:00	Lunsj.
Kl. 13:00-15:00	Andre Treningsøkt.
Kl. 1 :00-18:00	Middag.
Kl. 18:00-20:00	Kveldsaktivitet.
Kl. 20:00	Kveldsmat.
Kl. 21:00	Rotid.

Treningsopplegg fredag:

Kl. 07:30-09:00	Frokost og smøring av matpakke.
Kl. 09:30-10:30	Trening
Kl. 10:30-11:00	Lunsj
Kl. 11:00-15:00	Gradering

Avreise fra Bardufoss senest kl. 16:00

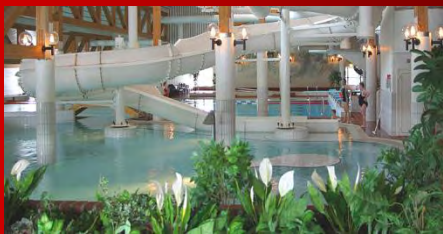
Avvik fra opplegget kan forekomme.

Følg med på info fra leirinstruktørene.

For de andre: **Facebook- NTN Taekwon-do sommerleir i Målselv.** Her vil siden oppdateres fortløpende frem til leiren og under leiren. Da vil det være mulig å følge med på hva som foregår under oppholdet.

NB! Det vil bli tatt bilder under samlingen og lagt ut på facebook. Hvis det skulle være noen bilder som blir lagt ut på FB som ønskes fjernet, ringes det på tlf: 48131454. Ingen elever vil bli nevnt med navn på bilder som legges ut.





Innkvartering.

Leirdeltakere bor på Bardufoss vgs. Elevene bor på klasserom i inndelte grupper med en instruktør som følger elevene 24 timer i døgnet. Med full pensjon (alternativ A) menes frokost, lunsj, middag og kveldsmat. Ved frokosten smører deltagerne matpakke til lunsj og det blir satt fram drikke. Måltidene serveres på skolen. Det er også kiosk på leiren. Denne vil ha åpent hver dag etter middag.

Velger du alternativ B (og har med en voksen/foresatt) anbefaler vi følgende alternativer:

Overnattingsmuligheter i Målselv.

Bardufoss hotell:

Boks 1193, 9326 Bardufoss

Telefon: +47 77 83 05 00

E-post: post@bardufosshotell.no

Hjemmeside: www.bardufosshotell.no

Bardufossstun: Begrenset m/plasser.

Idrettspriser. Senest 15. mai. Bestilles på epost:

post@maalselvtkd.no eller ring på

tlf. 91 10 40 01.

Ole Reistads vei 4, 9325 Bardufoss

Tlf: 77834600

E-post: post@bardufosstun.no

Hjemmeside: <http://bardufosstun.no>

CAMPING.

Målselvfossen kurs og feriesenter:

Tlf: 77 83 27 30

E-post: post@maalselvfossen.no

Hjemmeside: www.maalselvfossen.no

For de som velger alternativ B.

Det vil være mulighet for å ligge med campingvogn og telt inne på leirområde. (Mulighet for strøm fra idrettshallen mot betaling. Tilgang til toalett og garderober.) Ring 91104001 for spørsmål om camping.



Sikkerhet

Barna og ungdommene blir delt inn i grupper og hver gruppe har to egne instruktører som har ansvaret for denne gruppen hele uken.

Gruppeansvarlige instruktører sørger for vekking om morgenen, felles bespisning, felles avgang til treninger og utflukter og legging. Det vil bo instruktører på skolen sammen med elevene .

Sommerleiren har løpende kontakt med helsevesenet/ legevakt dersom det skulle oppstå problemer ved sykdom. De som eventuelt skulle ha en skade eller sykdom plikter å informere leirledelsen om dette på forhånd.

NB! For de som velger Alternativ B (dvs. betaler kun for trening):

FORESATTE HAR ANSVAR for barnet utenom trening og fastsatte felles-opplegg/kveldsaktiviteter.

Tips til aktivitet for foreldre som er med under leiren:

<http://www.polarzoo.no>

<http://maalselv fjellandsby.no>

<http://polarbadet.no>

PÅMELDING

Innbetaling gjelder som påmelding! Ingen påmeldingsfrist, men det er begrenset med plasser og de som er først med innbetalingen får plass først. Det er altså « først til mølla » - prinsippet som gjelder.

NB! Link til påmeldingsportal: **kick.pm**

Innbetaling skjer til:
Bankgironr. 4750 24 28353
"NTN Taekwon-Do
sommerleir Målselv"



NB! Viktig! Husk å merk innbetalingen med navn på deltager.

NB! Ved avbestilling etter 1. juni vil halve avgiften bli refundert.
Ved avbestilling ankomstdag eller uteblivelse belastes avgiften 100%.

Spørsmål vedrørende leiren rettes til ansvarlig arrangør:

Paul Mathiassen v/ Region Nord NTN.

Tlf: 48 13 14 54, E-mail: paul@kick.pm



Region Nord med Paul Mathiassen 5.
Dan og Målselv Taekwon-Do klubb
ønsker i lag med leirinstruktørene
alle hjertelig velkommen til en morsom
og lærerik uke!

Ting som kan være lurt å ta med på leir.

- Drakt(bukse og overdel).
- Belte.
- Sparringsutstyr.
- Håndduker og toalettsaker.
- Sokker, undertøy, t-skjorter, bukser, genser og sko.
- Joggesko, treningsbukse og treningsjakke.
- De som har alternativ A må huske å ta med sovepose, laken, pute og liggeunderlag.
- Kr. 250,- til gradering.
- Pensumbok!! (Viktig).
- Badeutstyr.
- Mobiltelefon og lader.
- Lommepenger.
- Turklær og gode sko.
- Evt. tursekk.
- Solbriller og solkrem.
- Regntøy.

Og masse godt humør.

Alternativ A

Trening + full pensjon (frokost, smurt lunsj, middag og kveldsmat) + overnatting på skole, på eget underlag og sovepose.

Grilling torsdag inkludert.

Kr. 3550,-

Alternativ B

Kun trening (ordner selv med overnatting og mat, og foresatte har ansvaret for barnet utenom trening og fastsatt kvelds aktivitet)

Grilling torsdag inkludert.

Kr. 2000,-