



# SOMMERLEIR STORD 2019

NTN Region Vest har gleden av å innby til Taekwon-Do sommerleir for barn og ungdom

**Start: Mandag 24. juni.**

Første trening starter kl. 12.00. Tilreise mandag.  
NB! Tidligst innsjekk mandag kl. 09.00

**Slutt: Fredag 28. juni** (hjemreise senest kl. 16.00)

**Barne eller ungdomsleir?**

Leiren er organisert som en parallell barne- og ungdomsleir. Dette blir organisert slik at de som går på barneskole deltar på barneleir. De som går eller skal begynne på ungdomsskole deltar på ungdomsleir. Nedre aldersgrense for alternativ A og B er født i 2011.

**Trening**

Treningen foregår i 2 haller som ligger i samme bygg.  
En hall for ungdom og en hall for barn.

**Andre aktiviteter**

Det vil bli arrangert aktiviteter på ettermiddag og kveldstid som f.eks. kanopadling, disko, tur og svømming mm.  
Torsdag blir det grilling og avslutning med oppvisning og underholdning.

**Gradering - ny beltegrad**

Fredag avsluttes leiren med gradering. Graderingsavgiften er på kr. 300,- og er ikke inkludert i leiravgiften.  
Betales under leiren ved oppmelding til gradering.  
Foreldre blir kontaktet på mail ang. oppmelding under leiren.

**Instruktører**

Regionsleder Vegard Iversen sammen med en rekke andre instruktører fra klubbene i Hordaland og Rogaland skal gjøre sitt beste for at leiren skal bli en flott opplevelse.

**Timeplan\***

Frokost	08.00-09.30
1. treningsøkt	10.00-11:30
Lunch	12.00-14.00
2. treningsøkt	14.00-15.30
Middag	16.00-18.00
Kveldsaktivitet	18.00-20.00
Kveldsmat	20.00-21.00
Rotid	21.00-22.00

\*Unntatt mandag og fredag

Det vil bli lagt opp til friluftaktiviteter samt bading i badeland for alle i løpet av uken, så ta med klær til dette

**Fredag**

Trening	10.00-11.00
Lunsj	11.00-12.00
Gradering	12.30-14.30
Avreise	14.30

Vegard Iversen, 7. Dan  
vegard@btd.no  
Tlf: 922 99 752

[www.trenderdubor.no](http://www.trenderdubor.no)



## NYTTIG INFO

### Hvordan reise til Stord?

Stord ligger i Hordaland fylke og er plassert mellom Bergen og Stavanger. Fra Bergen tar det ca. 1 ½ time med bil inkludert en ferge. Fra Stavanger tar det ca 2 ½ timer med bil. Det er for øvrig svært lettvis å bruke båt fra enten Bergen eller Stavanger (se tide.no).

### Buss fra Bergen

Vi setter opp busser fra Bergen om morgenen mandag. Denne har avgang kl. 08:00 fra Haukelandshallen. Påmelding til denne gjøres ved å velge alternativ A (se priser under). NB! Ikke retur!

### Sikkerhet

Alle deltagere vil bli delt inn i grupper som de skal følge under hele uken. Hver gruppe vil ha en ansvarlig instruktør som skal følge gruppen hele dagen. Alt fra vekking, trening, bespisning, fritidsaktiviteter og legging vil følges tett av gruppens instruktør. Vi har avtale med Stord legevakt om det skulle oppstå noe.

### Overnatting

Overnatting skjer på Leirvik barneskole for barneskoleelever og Stord ungdomsskole for ungdomsskoleelever

Pågangen for å få være med på leiren er meget stor, og i 2018 ble det raskt fullt. Så vær snar dersom du ønsker å sikre deg plass. Det er "først til mølla"-prinsippet som gjelder.

Ved eventuell avbestilling av leiren 4 uker før leiren trekkes kr 300,- i avbestillingsgebyr. 50 % refusjon inntil 4-1 uke før. Ingen refusjon siste uken før. Husk reiseforsikring som dekker leiren om man er forhindret deltakelse på grunn av sykdom e.l.

### Huskeliste og ytterligere informasjon

Oppdatert informasjon om leiren vil dere finne på <https://sommerleirstord.pameldingssystem.no>. Her finner dere også en liste over hva man trenger av klær, utstyr, lommepenger osv.

### Overnattingsmuligheter for foreldre som ønsker å være med

Stord Hotell, tlf. 53 40 25 00  
Almås Hotel, tlf. 53 40 99 99  
Sponavik camping, tlf. 99 64 01 21  
Se ellers [www.stord.kommune.no](http://www.stord.kommune.no)

#### Alternativ A

Trening, overnatting i sovesal, kveldsaktiviteter og full pensjon.  
Inkl. buss fra Bergen til Stord (ikke retur)

3 990,-

#### Alternativ B

Som A, men uten buss.

3 790,-

#### Alternativ C

Trening og kveldsaktiviteter (Ordner mat og overnatting selv)

2 090,-

**FOR PÅMELDING, GÅ INN PÅ**  
<https://sommerleirstord.pameldingssystem.no>