



---

# VELKOMMEN TIL OSK SUMMER CAMP 2023

---

Camp Uge 1: 19/7-23/7 2023

Camp Uge 2: 25/7-29/7 2023

Den 24/7 er der kun private lektioner (husk ispas).

Der er istider dagligt mellem kl. 8:00 og 21:00.

## Camp-træning

**Begynder – og funskatecampen**, som er for begyndere og funskateløbere, inkluderer 2 gruppetræninger hver dag, plus 1 off-ice eller dansetræning.

Løbere under 10 år skal have en voksen med på campen.

Alle dage er med morgenmad, snacks og middagsmad. **Aftensmad kan tilkøbes ved camp start.**

**M & K Campen** inkluderer 2 gruppetræninger hver dag, plus 1 off-ice og 1 dansetræning.

Alle dage er med morgenmad, snacks, middagsmad og aftensmad

*Kræver min. bestået Basic 1*

*Der er derudover 3 ekstra istræninger for alle, som er aldersopdelt, men ikke niveauopdelt. Kreativ træning med Performance/koreografi.*

**Bemærk** private lektioner og programlægninger er ikke inkluderet i camp prisen.



## Lektioner

*Lektionspris enetimer: fra 200kr.*

Hvis flere løbere deler en enetime, så deles udgiften til træneren.

*Ispas: 75 kr./lektion*

Alle skal have eget ispas til hver lektion, også selvom man deler træneren.

Det er muligt at købe lektioner/ispas, uden at deltage i selve campen.

OBS! Planen for lektioner udsendes først efter tilmeldingsfristen er udløbet.

## PRISER

Funskatecamp: *Kun 1925 kr. pr uge / 385 kr. pr dag*

M & K løber: *Kun 2475 kr. pr uge*

Som Funskateløber og begynder er det muligt at tilmelde sig på enkelte dage i begge uger.

**Deadline for tilmelding og betaling er 1. april 2023.**

## Betaling

Betaling for camp og ekstra ispas afregnes online på:

<https://sommercamp.odense-skøjteklub.dk/>

Ispas salget åbner kort før campen

Alternativt kan betales til vores konto.



**Konto overførsel til OSK's konto:**

**Reg. nr. 9219 kontonummer 2190011723**

Vær venlig at notere løberens navn ved betaling af camp og/eller ispas.

OBS! Tidsplanen for træning laves først efter tilmeldingsfristen når antal løbere er kendt.

## Tilmelding

Tilmelding sker på vores online tilmeldingsskema:

<https://sommercamp.odense-skøjteklub.dk/tilmeldingsskema/>

Ved problemer kan informationerne også sendes på mail: [kdalgaardp@gmail.com](mailto:kdalgaardp@gmail.com)

Tilmeldingen gælder først når betaling er sket og tilmeldingslinket ovenfor udfyldt.

Tilmelding og betaling er bindende. Er løberen skadet (lægeerklæring kræves) refunderes 50% af beløbet. Evt. aflysning skal ske inden camp start på [kdalgaardp@gmail.com](mailto:kdalgaardp@gmail.com)

(Bemærk venligst at man ved tilmelding samtidigt accepterer, at der kan blive taget situationsbilleder eller video af løberen og at dette kan blive brugt i reklameøjemed)

Der er begrænsede pladser på sommercampen, og det vil derfor være efter først-til-mølle-princippet.

## Vigtig info

Når man tilmelder en løber til campen, er man forpligtet til at tage to vagter pr. løber i den uge, løberen er tilmeldt. Dette er grundlaget for at man kan afholde en sjov og velfungerende camp. Vagterne vil bestå af café eller køkken opgaver. Der vil alle dage være en erfaren køkkenansvarlig. Sommercampen bliver udelukkende drevet af frivillige kræfter, og derfor er det meget vigtigt at alle bidrager og tilmelder sig det antal vagter, man er forpligtet til.



## Mad

OSK vil fra camp start tilbyde salg af mad til løbere og familie. Morgenmad, frokost og aftensmad samt diverse snacks. Alle måltider serveres i hyggelige omgivelser i Pucken.

Det er muligt som familie at forudbestille mad til hele dagen. **Madbilletter til familie pr. person: 100,- pr dag.** Denne madbillet indeholder morgenmad, frokost og aftensmad.

## Faciliteter

Udover servering af mad bruges Pucken til film visning, spille spil og hygge.



## Overnatningsmuligheder

*Vandrehjem:*

Danhostel Odense – Kragssbjerggaard: <https://www.odv.dk/>

Cityhostel ved banegården: <http://www.odensedanhostel.dk/>

Camping: <http://www.blommenslyst-camping.dk/>

For mere info besøg vores hjemmeside:

<https://sommercamp.odense-skoejteklub.dk/>



## Trænere på campen

### Pernille Sørensen (Cheftræner i OSK)

Hun har skøjtet siden hun var 2,5 år og er 6 gange Danmarksmester og holder stadig rekorden i at opnå flest ISU point.  
Hun har konkurreret på international plan siden hun var 10 år og har repræsenteret Danmark til 5 Junior Gran Prix, 3 junior VM, 4 EM, 1 VM og mange andre diverse internationale konkurrencer. Hendes bedste placering er en 2. plads til de Nordiske Mesterskaber. Hun har trænet i USA de sidste par år, og har i mellemtiden været hjælpetræner i 5 år i Odense Skøjteklub og er nu blevet cheftræner.



### Gæstetræner: ANDRZEJ STRZELEC (Cheftræner Herning)

Andre kommer fra Polen og er træner i Herning Skøjteløberforening. Andre kom til Danmark i 1990 og har været ansat i Herning lige siden, med undtagelse af en 4-årig periode som træner i Aarhus.

Som aktiv har han repræsenteret Polen på internationalt niveau, hvor han bl.a. har opnået en 8. plads ved Junior VM.

Han er uddannet i idræt fra universitetet i Katowice og har i Polen arbejdet med løbere, som har deltaget i EM og VM.

I Danmark har han haft ansvaret for flere løbere, som har repræsenteret Danmark i mange forskellige internationale konkurrencer.





Dasha Podtelejnikova (Teknisk Specialist / Tidligere danmarksmester)

Dasha har 16 års erfaring som aktiv skøjteløber med 2 DM-titler og yderligere 9 podieplaceringer ved Danmarks mesterskaberne. Hun har været en del af det danske landshold og repræsenteret Danmark ved både Nordiske Mesterskaber, Junior Grand Prix og andre udenlandske konkurrencer.



Efter endt karriere har hun været hjælpetræner i både Herning Skøjteløberforening og Odense Skøjteklub. Desuden blev hun i 2017 uddannet Teknisk Specialist og har sidenhen dømt en del danske og internationale konkurrencer.

Dasha har de sidste 5 år været en del af trænerteamet på OSK's Sommercamp.

Samt Hjælpetrænere fra OSK

---

# VI SES TIL SOMMERCAMP!

---

