

# *Inbjudan ungdomsläger*

## *Skeikampen Norge*

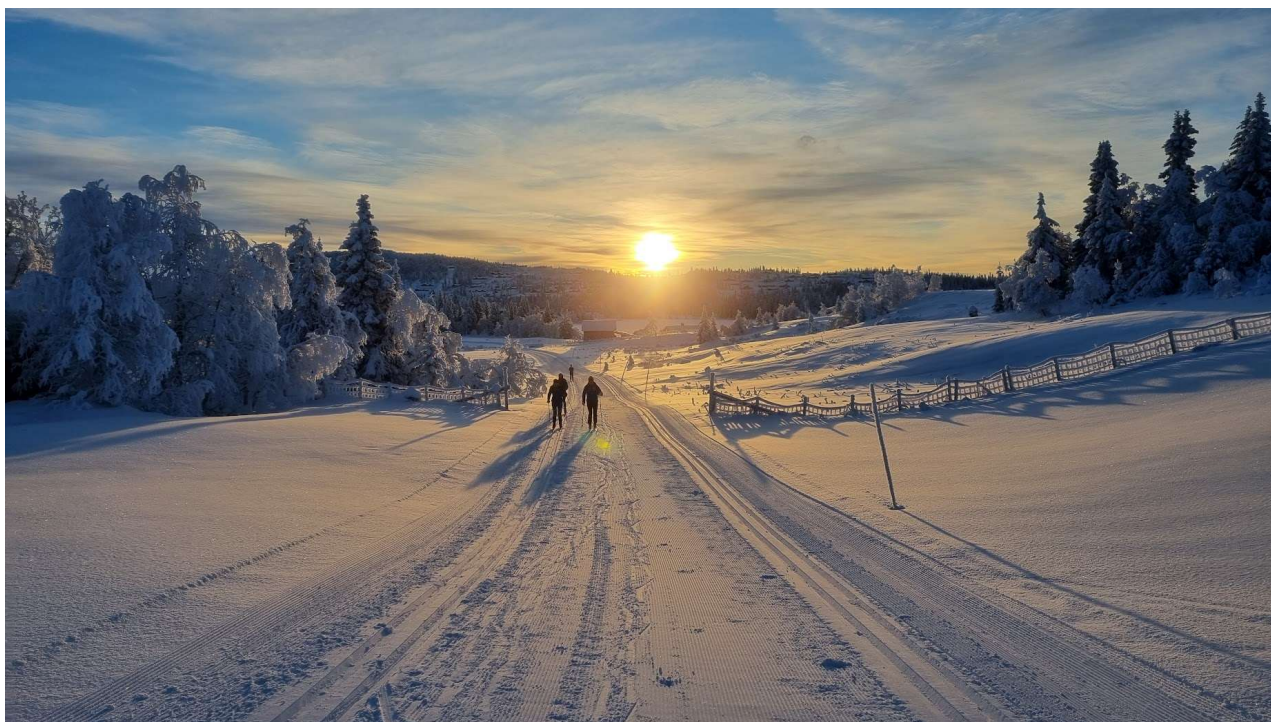
*12-15 december 2024*



Lägret vänder sig till alla skidungdomar som är födda 2016 eller tidigare. Vi kommer att åka upp i buss på torsdag morgon och kommer hem på söndag kväll. Vi bor i stugor med helpension. Ledarna försöker så långt som möjligt att fördela boendet efter kompisar, ålder, ledare/föräldrar etc. Alla måltider intas samtidigt av alla deltagarna. Lägret bjuder på mycket gemenskap och härligt stughäng.

Syftet med lägret är att stärka gemenskapen bland Hestra's ungdomar såväl som att få skidvana. Vi siktar på att bli 35-40 ungdomar, så lägret skall ses som ett breddläger anpassat för alla som har åldern inne. Vi hinner med 6 stycken träningspass på snö i underbar fjällmiljö. Vi växlar mellan skate och klassiskt.





I mån av väder så förlägger vi förmiddagar upp mot fjället. De mindre barnen brukar åka en sträcka på cirka 6 km och de äldsta uppemot 15-20 km. Vi ser gärna att medföljande föräldrar deltar på passen om så önskas. Möjlighet finns att välja grupp, så att det skall passa alla. Eftermiddagspassen förläggs ofta intill stugorna eller så skjutsar busschauffören oss till en närliggande skidstadion, där vi genomför gemensam stationsträning för alla oavsett ålder.

Om man inte har fyllt 11 år så måste förälder medfölja. Barn som åker själva måste vara trygga med att sova borta själva. Under lägret får de som behöver hjälp med vallning.

Kostnaden för lägret är 2100:- för barn och 3600:- för vuxna.

Anmälan: Via länk på [www.hestraif.se/skidor/lager-och-kurser/](http://www.hestraif.se/skidor/lager-och-kurser/)

Vi har begränsat antal platser så först till kvarn gäller. Sista anmälan är 2024-10-31.

Vänligen notera att anmälan är bindande och ingen återbetalning sker.

Välkomna!  
/Skidtränarna

