

# SOMMERLEIR 2008

Taekwon-Do på Sørlandet for deg fra 8 til og med 13 år

Lyst til å være med på årets sommerleir i Langesund? Nyhet i år - starter en dag før!



Region Øst har den glede av å invitere til NTN sommerleir ved Quality Hotel & Resort Skjærgården i Langesund fra søndag 3. august til torsdag 7. august 2008. Ansvarlig leirarrangør er:  
Hallgeir Betele 6. Dan  
Snorre Edvardsen 6. Dan

Meld deg på raskt. For informasjon vedrørende leiren og påmelding, logg inn på:

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

## Oppmøte

Alt. A: Lørdag 2. august etter kl 19:00

Alt. B og C: Søndag 3. august kl. 08:00-10:00

Alt. D: Søndag 3. august kl. 09:30 i Skjærgårdshallen

Velkomstmøte / bli kjent i bankettsalen kl. 19:30 søndag.

NB! Alle må være innsjekket før treningsstart kl. 10:00 på søndag.

## Slutt

Torsdag 7. august (hjemreise senest kl. 17:00)

## Senior instruktører

Hallgeir Betele 6. Dan

Snorre Edvardsen 6. Dan

## Hvem kan delta?

Deltagere må være fra 8 og til og med 13 år gamle. Alle beltegrader kan delta så sant en er medlem i en NTN klubb.

## Hvor?

Hotellet ligger 2 timer fra Oslo og 2 timer fra Kristiansand – følg E18.

Tog: nærmeste jernbane er i Porsgrunn (20 min. med taxi)

Fly: nærmeste flyplass er Torp Sandefjord og Geiteryggen i Skien

## Aktiviteter for tilreisende / foreldre

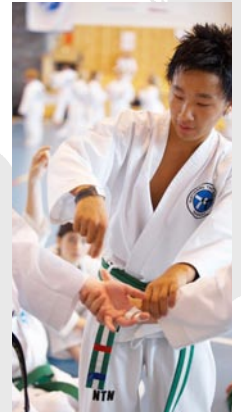
En stille og rolig båttur med reker og kald drikke, eller strandhugg og grilling med egen kokk? Kanskje en ramsalt havfisketur på jakt etter den virkelig store fangsten? Andre aktiviteter av mer sportslig innhold er: rappelling, jakt, villmarkscamp, ridekonkurranse og vikingblot.

Ridesenter, badestrender og Wrightegaarden hvor det holdes konserter, finnes i gåavstand fra hotellet. Quality Hotel & Resort Skjærgårde ønsker velkommen til et 4000kvm tropisk miljøbad (inne- og utendørs badepark) og flott beliggenhet ved sjøkanten. Badeparken inneholder badstuer, dampbadstu, vannsklie, solarium, boblebad, basseng inn og ute og en stor solterrasse. Treningshallen rett ved siden av hotellet, Puls Skjærgårdshallen, har aktiviteter som: fysioterapi, aromaterapi, badminton, stavgang, spinning&step, og aerobic. Her er det mange muligheter for foreldre som ønsker å trene.



## Treningshallen

Skjærgårdshallen er en unik flerbrukshall i umiddelbar nærhet til hotellet. Hallen har en stor innendørs fotballbane, håndballbane og en av Nord-Europas beste og mest krevende klatrevegger.



## Dagsplan

### Søndag:

Frokost	kl. 07:30 - 09:00
Trening	kl. 10:00 - 12:00
Lunch	kl. 12:00 - 14:00
Trening	kl. 14:00 - 16:00
Middag	kl. 18:00 - 19:00
Velkomstmøte / Bli kjent	kl. 19:00 - 21:30
Rotid	kl. 22:00

### Mandag, tirsdag og onsdag:

Frokost	kl. 07:30 - 09:00
Trening	kl. 09:00 - 13:00
Lunch	kl. 11:00 - 14:00
Trening	kl. 13:00 - 17:00
Middag	kl. 17:00 - 19:00
Kveldsaktivitet	kl. 19:00 -
Rotid	kl. 22:00

### Torsdag:

Frokost	kl. 07:30 - 09:00
Utsjekking	FØR KL. 10:00
Trening	kl. 10:00 - 11:30
Lunch	kl. 11:30 - 12:30
Gradering	kl. 13:00 - 17:00
Avreise senest kl. 17:00	

Graderingen er for de som ønsker det, og er ikke inkludert i prisen.

## Kveldsaktiviteter

Det vil hver dag under leiren bli arrangert diverse aktiviteter på ettermiddag og kveldstid. Nærmere program om dette bli utlevert ved ankomst.

## Salgsbod

Det vil bli salg av Taekwon-Do utstyr, effekter, t-skjorter på søndagen ved ankomst og videre utover uken. Avsluttende salg på torsdag under graderingen.

## Middag lørdag 2. august

Ønsker man å spise middag på hotellet lørdag 2. august før man leverer barnet sitt på leiren, så er prisene:

kr 295,- for ungdom/voksne (fra 13 år). Kr. 75,- for barn (3-12 år).

Dette er ikke inkludert i leirprisen og må besørges selv.

## Påmelding

ALT A Trening, overnatting lørdag til søndag, og full pensjon fra søndag 03.08.08 på Quality Hotel & Resort Skjærgården med 3-4 på rommet, samt fri tilgang til badepark.  
Pris kr 3950,- per person.

**NB! Det serveres ikke mat lørdag 02.08.08, dette må besørges selv.**

ALT B Trening, overnatting og full pensjon fra søndag 03.08.08 på Quality Hotel & Resort Skjærgården med 3-4 på rommet, samt fri tilgang til badepark.  
Pris kr 3650,- per person.

Tillegg som må spesifiseres:  
To på rommet, kr 395 per person.  
Enkeltrom, kr 595 per person.

ALT C Ikke trening (foreldre/foresatte/søsken).  
Pris kr 3000,- per person på dobbeltrom inklusiv overnatting, frokost og badepark. Fra 03.08.08 til 07.08.08.  
Pris kr 3750,- per person på enkeltrom inklusiv overnatting, frokost og badepark. Fra 03.08.08 til 07.08.08.

Kroner 500,- i tillegg per person med overnatting fra 02.08.08.

ALT D Kun trening  
Pris kr. 1495,- per person.

**NB! Ved bestilling av dobbeltrom må det spesifiseres hvem du ønsker å bo på rom sammen med.**

Med full pensjon menes frokost, lunch, middag og badepark.  
Vi bestreber oss at maten er tilrettelagt for barn.



## Sikkerhet

Barna blir delt inn i grupper og hver gruppe har en egen instruktør som har ansvaret for denne gruppen hele uken. Gruppeansvarlig instruktør sørger for vekking om morgenen, felles bespising, felles avgang til treninger og utflukter, og legging. Gruppeansvarlig instruktør vil bo i nærheten av sin gruppe.

De som eventuelt skulle ha en skade eller sykdom plikter å informere leirledelsen om dette. De som er på ALT C har foreldre/foresatt ansvar for barnet/barna i pausene, med unntak av under felles treningsopplegg og aktiviteter.

## Påmelding

Det er begrenset med plasser og pågangen for å være med på leiren er stor, så vær rask dersom du ønsker å sikre deg plass. Den som er først med innbetaling får selvsagt plass først da "Førstemann til mølla"-prinsippet gjelder.

NB! Du vil få tilbakemelding på om du har fått plass eller ikke. Hvis du ikke får det alternativet du ønsker, vil du også få melding om dette.

**Påmeldingsfrist er 1. juli 2008, og bruk bankgiro.  
Det er kun innbetaling som gjelder som påmelding.**

Innbetaling skjer til:

Bankgironr. 5080 05 21316  
PreCare Hallgeir Betele (TKD leir)  
Holgerlystveien 17  
0280 Oslo

### **NB!**

**Merk giroen med alt.,navn, adresse, klubb, grad og fødselsdato.**

Foreldre og foresatte er hjertelig velkommen til å være med sammen med barna, se alternativ C.

## Spørsmål vedrørende leiren rettes til:

Hallgeir Betele, tlf: 90 13 50 80 e-post: hallgeir@lete.no

Snorre Edvardsen, tlf: 91 19 41 04 e-post: snorre.edvardsen@veolia.no

**Leirinstruktørene ønsker alle hjertelig velkommen til en morsom og lærerik uke på barneleiren i Langesund!**

