

# Inbjudan Region Öst sommarskidskytteläger 2023

(Version 2023-06-30)

Plats	Torsby
Boende	2-bäddsrumsrum på Valbergsängen vandrarhem, på gångavstånd till skidtunnel, rullskidbana och skjutvall (70 platser garanterade)
Datum	Födda 2009 och äldre: tisdag kväll 4/7 -- söndag lunch 9/7 Födda 2010 och yngre: onsdag kväll 5/7 -- söndag lunch 9/7
Målgrupp	Barn, ungdomar och juniorer födda 2015 eller äldre. Träningspass anpassas i möjligaste mån efter deltagarnas behov och förutsättningar. Barn som inte är helt självgående på läger måste ha en namngiven vuxen person på plats som stöttar.
Kostnad	<b>Egenavgifter 2023</b> barn <10 år 5 nätter (inkl boende och spårkort) 2000 barn <10 år 4 nätter (inkl boende och spårkort) 1550 ungdom/junior 5 nätter (inkl boende och spårkort) 2500 ungdom/junior 4 nätter (inkl boende och spårkort) 2000 junior 5 nätter inkl boende exkl spårkort 2100 junior 5 nätter exkl boende exkl spårkort 1000 ledare/matlagare 5 nätter 1750 ledare/matlagare 4 nätter 1450 (inkl. logi, mat ons/torsdag morgon till söndag lunch, banhyra och spårkort 3 dagar (spårkort för vuxna endast till de ledare som behöver det)) (exkl resa och ammunition) Betaling sker <u>klubbvis</u> i efterskott till Region Öst bankgirokonto 466-3548. Vid sen betaling utgår påminnelseavgift om 150 kr.
Anmälan	senast måndag 11 juni via Google formulär <a href="https://forms.gle/BhiFG6eNDsC3NgCm8">https://forms.gle/BhiFG6eNDsC3NgCm8</a> (mottagare av formuläret är Håkan Melin <a href="mailto:hakan.melin@gmail.com">hakan.melin@gmail.com</a> ); anmälan är bindande. Om du skulle bli sjuk så måste du stanna hemma och då behöver du inte betala någon egenavgift för lägret.
Program	skidor skejt och klassiskt i tunneln, rullskidor skejt, skytte, skidgång, löpning, styrka. Två pass per dag med gott om tid för vila mellan passen. Två gemensamma pass per dag, förutom en halv vilodag.
Vapen	.22 för dig som har med eget vapen eller föreningsvapen, annars luftskytte.
Ledare	Från regionens klubbar. (En förutsättning för lägrets genomförande är att tillräckligt många ledare följer med.)
Resa	Resa till och från Torsby ordnas av deltagarna själva. Det går att åka tåg via Karlstad till Torsby. Hämtning och lämning vid stationen i Torsby kan ordnas.
Mat	lunch varje dag och en middag (lör) på Valbergsängen, frukost och övriga middagar lagar vi själva i matlag
Föräldrar	Medföljande föräldrar som inte har ledaruppdrag på heltid behöver hjälpa till med matlagning och mindre uppdrag i anslutning till träningspass. Ni behövs också!

Välkommen till ett roligt och utmanande läger!