



Klubtur til Trollhättan

Sidste weekend i efterårsferien, 21.-23.10

Nu indbyder vi endelig til rigtig klubtur igen, og ligesom i 2018 skal vi besøge vores svenske venner i Trollhättan. Dem der var med dengang, husker det udfordrende svenske terræn og det hyggelige samvær med klubkammeraterne, hvor vi ikke skal koncentrere os om andet end o-løb. Det er alle tiders!

HVEM ER TUREN FOR?

Igen i år hjælper familien Kristiansson os med at arrangere træningerne, så der bliver masser af gode baner tilpasset alle niveauer. Vi håber, at rigtig mange garvede Snab løbere vil være fristet af de svenske udfordringer, og at mange børnefamilier og nye Snab medlemmer vil benytte lejligheden til at komme helt ind i klubfællesskabet, samtidig med at der bliver fyldt på med teori og praktisk erfaring!

Der vil være instruktion før træningerne, samt teori og gennemgang om aftenen. Der vil også være skygning i mindre grupper efter niveau.

Børn deltager i turen i følgeskab med deres familie eller andre trygge voksne. Vi finder ud af at passe børn på skift, så alle får løbet. Gitte, en af vores værter, byder desuden ind med forskellige lege og aktiviteter også for helt små o-løbere.

PROGRAM

- | | |
|--------|---|
| Fredag | En træning eftermiddag |
| Lørdag | To træninger i området omkring Trollhättan |
| Søndag | Deltagelse i Delsjömedel, åbent løb ved Göteborg. Se mere nedenfor. |

OVERNATNING m.m.

Vi skal bo på et nyt vandrerhjem i Trollhättan, Spiran. Vandrerhjemmet er indrettet i en gammel kirke og ligger både naturskønt og centralt med kort afstand til sluserne og byens centrum.

Vandrerhjemmet har 12 rum, fordelt på 6 dobbeltrum og 6 enkeltrum. Toilet og bad er fællesfaciliteter. Det ikke stort, men vi kan supplere med overnatning på medbragt underlag i vandrehjemmets gymnastiksal. Der kan i et vist omfang redes op med ekstra senge til børn på værelserne (se billeder af værelsernes størrelse på hjemmesiden).

Vi benytter vandrerhjemmets køkken og laver selv mad. Det betyder at der bliver nogle opgaver at fordele – det koordinerer vi, når tilmeldingerne er på plads.

En del vil sikkert udvide ferien og ankomme torsdag eller tidligere. I bedes selv stå for at booke med vandrerhjemmet.

Læs mere om vandrerhjemmet på <http://www.spirans.se/>

TRANSPORT

Vi kører i private biler. Hver familie er ansvarlig for sin egen transport, men vi hjælper gerne med at koordinere samkørsel. Skriv ved tilmelding, hvornår I regner med at ankomme, og om I har ledige pladser i bilen.

Der er ca. 620 km. til Trollhättan, hvis man kører over København. Alternativt kan man spare kilometer (men ikke så meget tid) ved at tage færgen Frederikshavn-Göteborg. Tjek færgeafgange på stenaline.dk

ÅBENT LØB I GÖTEBORG SØNDAG

Søndag deltager vi i IFK Göteborgs åbne løb Delsjömedel. Stævnet er et afslappet, hyggeligt løb med baner for alle. Jesper tilmelder og betaler samlet til arrangørerne, og han hjælper også med vejledning om de svenske sværhedsgrader.

Information kommer løbende på stævnets hjemmeside (der er ikke meget endnu):

<https://eventor.orientering.se/Events/Show/34780>

PRISER

Vandrerhjem – 2 nætter inkl. sengelinned og rengøring

- Enkeltværelse: 600 kr.
- Dobbeltværelse: 900 kr.
- Sovesal eller opredning på eget underlag: 100 kr.

Åbent løb i Göteborg:

- Voksne 150 SEK
- Børn/unge 80 SEK

Forplejning: Vi køber selv ind og tilbereder god, almindelig hverdagsmad. Udgiften fordeles efterfølgende; det bliver ikke dyrt.

Betalingen trækkes på løbskontoen, så sørg gerne for at fylde den op 😊 Forplejning afregnes på MobilePay ved turens slutning.

TILMELDING

Tilmeld dig selv og din familie med en mail til dorthebloch@hotmail.com. Angiv følgende i mailen:

- Antal børn og voksne
- Ønsker til overnatning (vi forsøger at efterkomme alle ønsker, men ellers er det 'først til mølle')
- Forventet ankomsttidspunkt (ca.)
- Ønske om samkørsel/ledige pladser i bilen.
- Byd gerne ind på madlavnings- og oprydningsopgaver, hvis I har præferencer.
- Løbsklasse/sværhedsgrad til løbet søndag. Vi forventer at der bliver alle aldersklasser + åbne baner (hvid, gul, orange, sort). Spørg Jesper for vejledning.

Tilmeldingsfristen er 10.oktober, så Jesper kan nå at tilmelde til løb. Vi hører dog meget gerne fra jer tidligere 😊

ADRESSER

- Trollhättans klubhus: Skidbacksvägen 17, 46158 Trollhättan
- Spirans vandrerhjem: Kapellgatan 35, 461 57 Trollhättan

SVENSKE UDFORDRINGER!

