



Härlövs IF och Andrarums IF inbjuder till SKÅNSKT LÄNGDSKIDLÄGER I Sjusjön, Norge 2 – 9 januari 2024.



Avresa:

Från Skåne 2/1 tidig morgon, vid många deltagare flera upphämtningar från östra delen av Skåne och sedan västkusten upp via E6:an. Ankomst Sjusjön på kvällen. Påstigning möjlig längs vägen (ange önskemål). Tider och påstigningsplatser meddelas senare.

Hemresa:

Från Sjusjön 9/1 tidig morgon. Ankomst Skåne på kvällen. Avstigning möjlig längs vägen. Tider och avstigningsplatser meddelas senare.

Pris Resa + Boende:

OBS! Läs noga på de olika alternativen, så att du betalar in rätt avgift.

Boende i Lodge Natrudstilen (44 st)

Vuxna:

4000 kr - ansluten till skidklubb

4500 kr - ej ansluten till skidklubb

"Ungdomar" 25 år och yngre (1999-):

500 kr* - ansluten till skidklubb

3500 kr - ej ansluten till skidklubb

* Vi kommer att ansöka om speciella projektmedel för "ungdomar" 25 år och yngre, därav det låga utgångspriset. Det ingår då längdskidskola med egna och externa instruktörer under lägret. Vill man inte vara med på de gemensamma passen betalar man givetvis fullt ungdomspris 3000 kr om man åker för en skidklubb.

Boende stugor i Sjusjön (8-12 st)

Lägg till 700 kr på alla priserna på Lodgen. "Ungdomar" 25 år och yngre anslutna till skidklubb betalar 3700 kr för detta alternativ.



Boende i lägenhet i Natrudstilen (6 st/stuga)

Eftasvegen eller Natrudstilvegen

Lägg till 700 kr på alla priserna på Lodgen. "Ungdomar" 25 år och yngre anslutna till skidklubb betalar 3 700 kr för detta alternativ, om platserna i Lodgen räcker till alla ungdomar.

Se: www.sjusjoen-skisenter.no/hjem/

FÖRANMÄLAN och BETALNING:

Du/ni betalar in föranmälningsavgift vid anmälan **VUXNA 1000 kr** och **UNGDOM 500 kr** till bankgiro 5019-3408, Andrarums IF. Ange "Skidläger" och vem eller vilka betalningen avser. (Om betalningen avser många, meddela detta i anmälningsmailet)

Resterande betalning senast **15**

november enligt de olika alternativen i samband med definitiv anmälan. Det finns många faktorer som påverkar resans pris och skulle summan bli för liten, så blir det en liten fyllnadsinbetalning*. Skulle det bli lite pengar över, så får man rabatt på beloppet till kommande år. Men tanken är att ekvationen gå jämt upp.

Klubbarna uppmanas att bidra till att fler yngre deltagare kommer med.

Ca 80 bäddar är preliminärbokade, ungefär 1/5 i Sjusjön (i närheten av Birkebeinerspåret) och 4/5 i Natrudstilen (vid skidstadion, skidskytteanläggning och utförsbacke.)

Mat:

Vi utgår från att de flesta ordnar självhushåll i sin lägenhet. Det finns restauranger i området, men det kan bli dyrt och långt att gå. (Vi gör ett stopp på vägen upp för inköp av färskvaror.)

I Lodgen ordnar vi storkök i matlag efter schema, för att det inte ska bli för många som lagar olika mat vid varje måltid.

Priser Mat:

Räkna med en matkostnad på ca 600 - 800 kr per person vid självhushåll och i matlagen. (Betalas inte in!)

Träning:

Möjlighet till teknikinstruktioner kommer att finnas både för klassiskt och skate både med egna instruktörer och lokala expertinstruktörer. Vuxna får "hänga med" på längdskidutbildningen för ungdomarna eller boka in sig på bara expertpass.

Ange åkvana vid anmälan:

Nybjörjare

Motionär

Avancerad

Längdskidutbildning:

Förutom träningspassen (främst i Natrudstilen) där vi kollar skidteknik, så filmar vi mycket. På kvällarna kollar vi film, analyserar och diskuterar. En genväg att gå från nybjörjare till bra längdskidåkare på en vecka eller från bra till klart bättre. Expertpassen ingår i utbildningen.



Ange vid anmälan:

- Önskad på- och avstigningsplats
- Om du vill bo tillsammans med någon/några speciella deltagare
- Önskat boende (Lodge, Sjusjön eller Natrudstilen)
- Medlemskap i skidklubb
- Deltagande i längdskidutbildning (ange personnummer då det kan behövas det för redovisningar)
- Intresse för "expertpass", de som inte är med på längdskidutbildning
- Åkvana för utbildning/expertpass

Anmälan så snart som möjligt, men senast 15 november 2023! Platserna är begränsade!

OBS! Stugor i Sjusjön och lägenheter i Natrudstilen måste bokas 20 oktober!!!

Efter 1 december kan det finnas enstaka platser kvar, så hör gärna av dig om du är intresserad även efter detta datum.

Ledare/upplysningar/anmälan:

Niklas Nilsson, Härlövs IF, 0706-67 07 24 eller niklas.nilson@harlovsif.se

Lise Svensson, Andrarums IF, 0709-58 11 20 eller lise.svensson@tomelilla.nu

Saknar du utrustning och inte vill köpa ny just nu? Både Andrarums IF och Härlövs IF har skidutrustning man kan hyra för en billig peng under lägret.

Mer info kommer till de anmälda i början av december.

Skidspår:

Ca 350 km preparerade längdspår i varierande terräng, med 10 km elljusspår. Förutsatt att det finns gott om snö, men anläggningen räknas som en av de mest snösäkra i Norden bland de första som har skidspår! Ingen spåravgift.

Välkomna till snörika Sjusjön!