



Til alle klubber i Agder og Rogaland Skikrets

19.04.2023

INVITASJON TIL SAMLINGER PÅ FONNA MAI OG JUNI 2023



I henhold til samlingsplanen er det en glede å invitere til vårens Fonna samlinger. Det er kommet mye snø på breen i år, så samlingene før sommeren blir garantert fantastiske.

I år ønsker vi tidlig påmelding med en 2ukers frist før samling på avmelding. Dette for å kunne tilby overnatting til flest mulig. Løpere og trenere fra Agder og Rogaland skikrets og Voss har prioritet i overnatting om det skulle bli overbooket.

Skikretsen ordner med heiskort til alle påmeldte, inkl. sesongkort.

Tema for samlingene:

- | | | |
|------------------------|--------|---|
| 1. Fonna 1 18-21.05 | Fart | Fartstilvenning, hastighetsvinger, bølger og hopp |
| 2. Fonna 2 9-11.06 | SL/SSL | Grunnteknikk, balanse og støtte i ytterski |
| 3. Fonna 3 23-27.06 | SL/SSL | Grunnteknikk, balanse og støtte i ytterski |
| 4. Fonna 4 29.06-02.07 | SL/SSL | Grunnteknikk, balanse og støtte i ytterski |

Samlingene er åpen for: Alle

Overnatting og organisering: «Hovden-huset/Olastølen» og innkjøp, matlaging og renhold organiseres mellom foreldre og ledere som bor på huset.

Kostnader:

Kostnader	Kostnad pr.døgn
Overnatting inkl.mat	320,-
Treningsavgift	150,-
Felleskostnader	100,-
Heiskort 1 dager	375,-
Heiskort 2 dager	725,-
Heiskort 3 dager	1070,-
Heiskort 4 dager	1400,-
Sesongkort barn t.o.m 16år *	4400,-
Sesongkort voksen *	5500,-

*Sesongkort er gyldig til 28.08

I etterkant av hver samlingen vil kretsen foreta en avregning av kostnadsfordelingen i henhold til antall påmeldte deltakere. Kostnadsfordelingen vil omfatte overnatting, heiskort, treneravgift og dekning av felleskostnader. Hver klubb blir fakturert for sitt beløp.

Transport: Alle må selv sørge for transport til/fra Fonna samt transport opp og ned til bakken hver dag.

Bom opp til skisenter koster 100,- pr. dag, årskort koster 1000,- og kan kjøpes på www.passpay.no

Lagleder: Hver klubb oppnevner lagleder, og all informasjon går gjennom lagleder og samlingsansvarlig.

- Påmelding:** Klubbvis påmelding mai/juni samlinger innen **Mandag 01.05 Kl.16.00** på vedlagt skjema
- Klubbvis bekreftelse av deltakere 14 dager før hver samling, avmelding senere en det belastes med et administrasjonsgebyr på 100,- pr. dag
- Husk å ta med:** Skiutstyr, barmarkstøy for utetrening, preppetstyr, drikkeflaske, regntøy, hjelm, ryggplate og badetøy.
- Trener/lagledermøte:** I trenerfløy kl. 21.00 kvelden før første treningsdag

Vel møtt til vår samlinger på Fonna.

Med vennlig hilsen

Helge Andersen

Alpintrener

Mob: +47 97321457

Epost: denhelgeandersen@gmail.com

Nettside: <https://www.skiforbundet.no/ars/alpint/> og <http://www.vossalpin.no/>

