



## Inbjudan till Regionsläger i Juvasshytta

- Datum:** 11-14 oktober 2012. (skiddagar 12-14 okt)
- Plats:** Juvasshytta i Norge. <http://www.juvasshytta.no/>, <http://www.gpss.no/>
- Tider:** Lägerinformation ges av ansvarig tränare på morgonen den 12/10 på vandrarhemmet Böverdalen. Tider skickas ut i PM veckan före lägret.
- Träning:** 3 dagars träning som sker åldersindelad.  
99:or – ansvarig tränare: Lars Laban Nilsson, Svante Hagberg  
98:or – ansvarig tränare: Nette Raij, Peter Hammergård  
97:or – ansvarig tränare: Lars Lifvendahl, Kenneth Ahlin
- Boende:** Sker på Böverdalen vandrarhem, <http://hihostels.no/vandrerhjem/boverdalen-vandrerhjem>. Betalning för boende och eventuell mat sker vid ankomst till vandrarhemmet i deras reception. Betalning i NOK eller betalkort.
- Mat:** Mat går att beställas enligt kostnader nedan. Det finns även möjlighet att laga egen mat..
- Kostnad:** **Boende:** 150 NOK/natt/person. Totalt 450 NOK för 3 nätter.  
**Pensionspris:** frukost 80 NOK, smörgåspaket till lunch 50 NOK och 2-rätters middag 175 NOK.  
Totalt 1190 NOK inkl 3 nätter, 3 frukost, 3 smörgåspaket, 2 middagar
- Skipass 3 dgr** – 270 NOK/dag/person. Totalt 810 NOK.
- Träningsavgift** – 200 SEK/dag/person. Totalt 600 SEK
- Lägret går att skraddarsy enligt bifogad Excel-lista.
- Att ha med:** Utrustning för SL och GS. Träningskläder för ev. annan utomhusaktivitet, anteckningsmaterial, sänglinne, övrig klädsel.
- Anmälan:** Sker till Peter Hammergård, [peter.hammergard@bekab.com](mailto:peter.hammergard@bekab.com), med bifogad Excel-fil.  
Anmälan skall var hos mig **senast söndagen den 23 september**, i annat fall ombesörjer man på egen hand boende, mat och liftkort.
- Deltagande:** Kräver att du är kvalad/uttagen av distriktet till regionsläger, samt att du är frisk och skadefri så att du kan satsa fullt på alla träningspass.
- Övrigt:** Observera att det INTE serveras/ingår någon middag den 11 oktober (ankomstdagen). Ev. andra aktiviteter kan förekomma beroende på väder.

**OBS!! Anmäler man sig till lägret anses man frisk och kan delta i alla aktiviteter på lägret!**

1

**Kontakt:** Peter Hammergård, 070-5591441, [peter.hammergard@bekab.com](mailto:peter.hammergard@bekab.com), Ulrika Hedlund 070-562 62 30, [ulrika@ebh.nu](mailto:ulrika@ebh.nu)

Varmt välkomna till Juvasshytta!