

Träningsläger i Skara

Fredag 16 – söndag 18 augusti 2024 för
nya J, A och B grupperna (A, B, C - VT24)

För att ha lite extra kul och komma igång inför hösten kommer vi att ha ett träningsläger i Skara under tre dagar.

Det blir tre träningspass i en **50m-bassäng utomhus på Vilans Fritidsområde** där vi kommer ha tillgång till 4 banor och på lördagseftermiddagen kommer vi besöka **Skara Sommarland**.

Som vanligt har vi fokus på att ha riktigt roligt tillsammans!



Boende

Boendet sker i fyrbäddsrum på Skara Konsthote (Jula Hotel).
Avstånd till simbassäng:
ca 400 m



Preliminära hålltider (uppdaterat program kommer närmare lägret)

Fredag 16 aug

- 13:30 Samling vid Älvängens resecentrum (ät lunch innan samlingen)
- 16:00 Ankomst till Skara Konsthote (Jula Hotell) och incheckning på rummen
- ? Middag
- 18:00 – 20:30 Simträning Junior+A resp. B (exakta tider kommer senare)
- 22:00 Sova

Lördag 17 aug

- 06:30 Frukost
- 07:30 – 10:00 Simträning Junior+A resp. B (exakta tider kommer senare)
- 10:30 Avresa till Skara Sommarland (öppet 10–17, ta med pengar till lunch där)
- 17:00 Återresa från Skara Sommarland
- 18:00 Middag
- 22:00 Sova

Söndag 18 aug

- 07:00 Frukost
- 08:00 – 10:30 Simträning Junior+A resp. B (exakta tider kommer senare)
- Enklare måltid/frukt
- 11:00 Hemresa (till Älvängens resecentrum)

Lägeransvarig & Biltransporter

Lägeransvarig: Hans Westman, tel. 0739-02 13 56, hans.westman@alesimmarna.se

Vi kommer att behöva hjälp med biltransport av er föräldrar dit/hem/till-från Skara Sommarland - kontakta Hans.

Kostnad för lägret

Lägeravgiften för simmare är 700 kr vilket inkluderar entré (389 kr) på Skara Sommarland (intäkter från från sponsorsimmet mm gör att klubben kan hålla nere lägeravgiften extra mycket i år, vilket vi är glada för). Tillkommer gör kostnad för lunch inne på Skara Sommarland.

Lägeravgiften inkluderar:

- Två natters logi på hotell
- Helpension från och med middag ankomstdagen t o m frukost avresedag inkl. måltidsdryck (förutom lö lunch då man betalar för lunchen själv på Skara Sommarland)
- Inträde på Skara Sommarland
- Vi kommer även se till att det finns frukt/annan lättare mellanmål

Avgiften för övernattande målsman är 1800kr (självkostnadspris för mat och logi exkl. Sommarland).

En administrationsavgift på 39 resp. 59 kr tillkommer när man betalar.

Anmälan

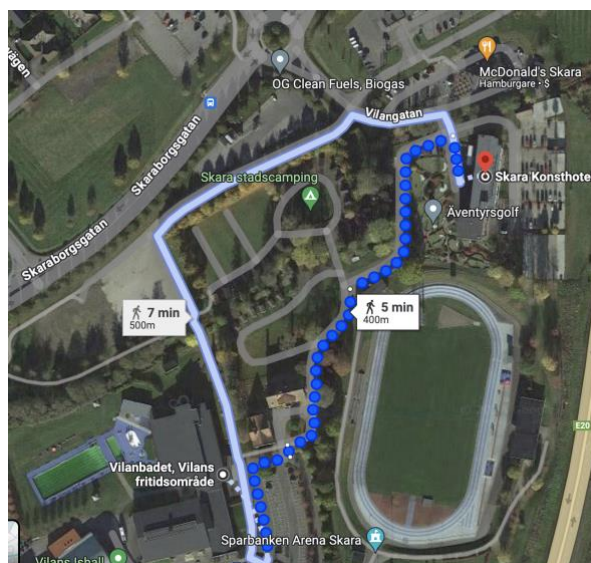
Anmälan (bindande) görs genom anmäla sig till respektive grupp i SportAdmin **senast onsdag 26 juni.**

- Länk för anmälan av simmare: [Läger i Skara – Simmare](#) (700+39kr)
- Länk för anmälan av övernattande målsman: [Läger i Skara – Målsman](#) (1800+59kr)

Ta med

Tänk på att ta med: Simustrustning, flera badlakan, innetofflor, träningskläder för utomhus- och inomhusbruk och fickpengar samt pengar för lunch på Skara Sommarland. Simustrustningspåse med dolme, platta, fenor och paddlar (meddela någon av tränarna/Hans om du behöver hämta den i simhallen).

Välkomna på läger önskar Alesimmarna!



Promenadväg från hotellet till simbadet – ca 400m