

# Taekwon-Do Sommerleir

**Ikke vent med påmelding!  
Meld deg på mens det er plass!**

**Fra lørdag 3. august til torsdag 8. august 2019.**



## Sommerleir 2019 Ungdom Quality Hotel & Resort i Langesund



Region Øst har den glede av å invitere til NTN sommerleir ved Quality Hotel & Resort Skjærgården i Langesund.

**Fra lørdag 3. august til torsdag 8. august 2019.**

**Meld deg på raskt. For mer informasjon for mer info:**

[www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no)



## TRENINGSPLEGG

Det vil være to til tre treningsøkter hver dag, med unntak av torsdag hvor det er gradering for de som skal det. Treningen er morsom og variert. Om kvelden blir det arrangert noen aktiviteter for å sikre et godt sosialt miljø. Det er populært å bo på hotell en uke. Hotellet har en egen badepark med sklie og flere bassenger. Dersom man har en eller flere venner som man vil bo sammen med kan det spesifiseres som et ønske når man bestiller hotellrom. Vi gjør vårt beste for å tilfredsstille alle ønsker, men kan ikke gi en garanti for at alle ønsker blir oppfylt.

## OPPMØTE

Oppmøte for alle ungdommer er lørdag 3. august kl. 18.00 på hotellet for registrering og bli kjent.

## SLUTT

Leiren avsluttes torsdag 8. august med gradering fra kl. 13.00. Hjemreise senest kl. 1700.

## SENIOR INSTRUKTØRER

Master Per Christian Garnæs, 8. Dan  
Tlf: 90 14 01 83, e-post: masterpcg@mac.com

Master Hallgeir Betele, 7. Dan  
Tlf: 90 13 50 80, e-post: hallgeir@lete.no

## ANSVAR PÅMELDING

Andrea Bjarvin, 3. Dan  
e-post: tkd.leir@gmail.com

## HVEM KAN DELTA?

Deltagere må være fra 12 og til og med 16 år gamle og går på ungdomsskole.

Alle beltegrader kan delta så sant en er medlem i en **NTN klubb**. Merk at dersom du er rundt 12 år kan du velge om du vil være med på barn- eller ungdomsleir, da dette er avhengig av venner og andre forhold.

## HVOR?

Hotellet ligger 2 timer fra Oslo og 2 timer fra Kristiansand- følg E18. Tog: nærmeste jernbane er i Porsgrunn (20 min. med taxi). Fly: nærmeste flyplass er Torp Sandefjord og Geiteryggen i Skien. Adressen til hotellet er: Stathelleveien 35, 3970 Langesund.

## HOTELLET

Quality Hotel & Resort Skjærgården ønsker deg velkommen til et 4000kvm tropisk miljøbad (inne og utendørs badepark) og flott beliggenhet ved sjøkanten. Bade-parken inneholder badstuer, dampbadstu, vannsklie, solarium, boblebad, basseng inne og ute og en stor solterrasse.

## BADEANLEGGET

Anlegget betjenes av hotellets badevakter. Vi gjør oppmerksom på at bading i badeparken forgår på eget ansvar og vi må ha beskjed dersom du ikke skal bade.

## TRENINGSHALLEN

Skjærgårdshallen ligger rett ved siden av hotellet. Hallen er unik i sin helhet og inneholder en stor innen- dørs fotballbane og en håndballbane. Puls Skjærgårdshallen, har aktiviteter som fysioterapi, aromaterapi, badminton, spinning&step og aerobic. Her er det mange muligheter for foreldre som vil trene.

## GRADERING OG SALGSBOD

Gradering er for de som har hatt så stor fremgang under leiren at instruktøren anbefaler dem om å gå opp. Graderingsavgiften er kr 310.- og er **ikke** inkl. i prisen.

Det vil også bli salg av Taekwon-Do bøker, drakter, belter, bager og t-skjorter på lørdag ved ankomst og videre utover uken. Det er avsluttende salg på torsdag under graderingen. Vi har betalingsterminal.

## SIKKERHET

Ungdommene blir delt inn i grupper som har en egen instruktør. Denne instruktøren har ansvaret for gruppen hele uken. Gruppeansvarlig instruktør sørger for vekking om morgenen, felles bespisning, felles avgang til treninger og utflukker, og legging. Gruppeansvarlig instruktør vil bo i nærheten av sin gruppe. De som eventuelt skulle ha en skade eller sykdom plikter å informere leirledelsen om dette.

## PÅMELDING OG PRISER

**NB!** Du må legge inn alle nødvendige opplysninger på nettsiden [www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no) ( Checkin.no ) og i tillegg (samtidig) betale som spesifisert nedenfor. Dersom det er fullt vil det bli publisert på nettsiden. Påmeldingen er kun gyldig i det betalingen av leiren er registrert. De som ikke får plass og har betalt vil få innbetalt beløp tilbakebetalt.

### ALTERNATIV A

Trening, overnatting lørdag til torsdag, og full pensjon fra 3.08.19 med 3-4 på rommet, samt fri tilgang til badepark. Pris kr 4700,- per person. Med full pensjon menes frokost, lunch, middag og kveldsmat ankomstdagen. Vi bestreber oss for at maten er tilrettelagt for barn/ungdom.

Tillegg som må spesifiseres:  
To på rommet: kr 550,- per person.  
Enkeltrom: kr 1200,- per person.

**NB!** Ved bestilling av dobbeltrom må det spesifiseres hvem du ønsker å bo på rom sammen med.

### ALTERNATIV B

Kun trening. Pris kr. 2500,- pr.person inklusiv lunch på hotellet og fri tilgang til badeparken under oppsyn av foreldre/foresatte.  
Oppmøte alt. B, kl. 11.00 i HALLEN 4. august for registrering.  
**NB!** Grilling onsdag må betales ved registrering kr. 120.-

### ALTERNATIV C

Ikke trening (foreldre/foresatte/søsken). Dobbeltrom: kr 3500,- per person.  
Enkeltrom: kr. 4100,- per person.  
Prisene gjelder fra 3.08.19 til 8.08.19, og inkluderer overnatting, frokost og badepark.

*En må være oppmerksom på at dette er en leir på et hotell og tilbudet er tilrettelagt som en leir standard. (lunsj og middag +kr.150.- pr. dag)*

De ungdommer som overnatter med foreldre/foresatt må foresatte selv ta ansvar for barna, med unntak under felles trening- opplegg og aktiviteter. Ved avbestilling før 30. juli trekkes det kr 750,- av innbetalt beløp. Etter 30. juli har du ikke krav på refusjon.

Påmeldingen er gyldig når deltageren er registrert på [checkin.no](http://checkin.no) og påmelding er betalt. Betalingsalternativene kommer opp når dere melder på. Giro på mail eller bankkort/visa betaling på bank. Betalingsgebyr kort/visa betaling kr. 100.-

Foto og film:

Vi opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og trenere som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på : [www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no) / [www.ntkd.no](http://www.ntkd.no)