

SOMMERLEJR 2011

29. juni – 3. juli

Til Forældre.

HUSKELISTE!

Madpakke/frugt + drikke til busturen - dette er MEGET vigtigt!

Dyne, pude og lagen (husk dyne- og pudebetræk) eller sovepose og lagen

*Gi + bælte + skinnebelsesbeskyttelse + evt. træningshandsker (spørg i rec.)

*Mht. antal gi'er, så er det bedst - pga. vejret - at have minimum 2 stk. med.

Håndklæder, Shampoo og lign.

Undertøj (godt med sokker)

Træningstøj (evt. overtræksæt)

(Juniorene skal også have skridtbeskyttelse og sports-tape med.)

Løbesko (der ER løbet til). Dvs. det må helst ikke være helt nye sko. Det må heller ikke være basketstøvler eller lign.

Indendørs sko (f.eks. klipklappere eller sandaler)

T-shirts (hvide til under gi 'en)

Regntøj

Badetøj

Drikkedunk og saft til at blande op. (Så det ikke ender med sodavand på hele lejren)

Myggemiddel (Kamfer skulle være godt!)

Plaster

Solfaktor (vi håber selvfølgelig på godt vejr)

Sygesikringsbevis & evt. medicin inkl. anvisninger (seddel med arbejds telefon nr. og hjem nr.)

Gradueringsbevis - Husk penge til en evt. graduering! (danske kroner - spørg i receptionen hvor meget)

Lomme penge - max. 30 kr. hvis der bliver mulighed for at snole. (Undgå venligst alt for meget slik med - vi prøver at holde børnenes sukker indtagelse på et minimum.) **HUSK PENGE TIL GRADUERINGEN!**

KAN VI RINGE?

Så er der spørgsmålet fra bekymrede forældre; **Hvad med kontakt? Må jeg ringe?**

Det er bedst at opfordre børnene til at *ringe selv*. Det hænder jo når børn hører mor eller far spørge hvordan det går, tja! så falder hele verdenen fra hinanden, selvom man egentlig har det meget godt.

Så vores råd er *så lidt kontakt som muligt* og få dem til at ringe selv (hvis de vil). Når/hvis de ringer, så *undgå at fortælle dem at I savner dem!* Vi ved godt, at det er hårde ord, men vores erfaring er, at det er *startsignalet til "gråd"* hos mange børn. Og tro os, vi skal nok tage os kærligt af dem, men det ER en træningslejr, hvor ALLE vokser lidt, voksne som børn.

SENSEI Christa er selvfølgelig med på lejren og vil gøre alt for, at det bliver en god og positiv oplevelse for alle. Hun vil kontakte Jer, hvis der bliver behov for det. Et mobil nr. der kan benyttes i nødstilfælde er: 40 951 951 - Skriv evt. en SMS

SOMMERLEJREN 2011

MOBILTELEFONER

Mht. mobiltelefoner, så ser vi gerne, at man **undlader** at give barnet en med, fordi...

1. 25 børn med hver deres mobil kan være noget af et mareridt.

2. De sidste 5 børn som ikke har fået en med - hvad med dem?

3. Det vil helt klart ødelægge den stemning som vi prøver at skabe for børnene, som meget gerne skulle give dem en oplevelse af at være hjemmefra og prøve kræfter med sig selv og bryde nogle grænser, store som små.

Tak for jeres forståelse.

HVORNÅR KØRER BUSSEN MOD LEJREN?

Vi kører fra Karateskolen onsdag 29. juni præcis kl. 11.00

Så alle bedes venligst møde ml. kl. 10.15 - 10.30.

HVORNÅR BUSSEN FRA LEJREN?

Vi kører fra lejren søndag 3. juli kl. 14.00

SOMMERTRÆNING

Der er fællestæning fra 4. juli til og med 11. august som følger:

Mandag / Torsdag

Børn og Junior kl. 16.30 - 17.30 (til og med 14 år)

Junior og Voksne kl. 17.30 - 19.00 (fra 15 år)

Kick Box Motion kl. 19 - 20.15 (fra 15 år)

Lørdag Kick Box Motion kl. 13 - 14.15 (fra 15 år)

Den nye sæson starter fra mandag 15. august

Hvis der skulle være spørgsmål, er I som altid velkomne til at kontakte receptionen.

Med venlig hilsen
Administrationen