



Hei alle

Velkommen til Familiesamling på Trysil 2022

Da er det endelig duket for høstens store høydepunkt, vi gleder oss. Også i år blir vi mange og teller 686 til bords (og det er venteliste)!

Vi gleder oss stort til en god og glad helg sammen på Trysil. Til dere som ikke har vært med før - og til alle som har vært med før: Vi skal bli kjent, bli mer kjent, skape relasjoner, trene og bygge videre på vårt gode miljø. Vårt mål er at barna holder på med langrenn så lenge som mulig. Med et godt miljø holder de lenger i sporet. Hjelp oss med det målet.

Vi ber om hjelp av alle til å inkludere alle. La telefonen ligge mest mulig i ro.

Snøforhold

Vi har 6,5 km løyper på stadion. Skileikområdet er også snølagt. Forholdene er i skrivende stund greie i anlegget. MEN - det regner og regner og regner. Vi får daglig løpende oppdateringer. Det betyr at alle grupper har en plan B for barmark. OG, det betyr at det ikke er plass til voksne i anlegget mens barna trener.

Ta derfor med sko og tøy til eventuell barmarkstrening om forholdene ikke blir gode nok til alle skiøktene.

Kurs for voksne

Vi ønsker velkommen til smørekurs. Jørgen fra Bull vil holde to kurs. I tillegg gjentar vi suksessen med egen smørekurs for mammaer.

Påmelding skjer ved å skrive seg på lister i resepsjonen. Listene ligger klare ved ankomst. Er det fullt på en gruppe, må du finne en annen gruppe å melde deg på.

Dersom anledningen byr seg, arrangerer vi skikurs for voksne. I skrivende stund lover vi dessverre ingen ting.

Program

Program for helgen vedlagt. Dette ligger også på web. Program henges også opp i resepsjonen.

Litt praktisk:

Husk mye godt humør, skiutstyr og badetøy. Vi har et tett program og helgen blir innholdsrik. Vi reiser først og fremst for å gå på ski, men det sosiale ved helgen og muligheten for å bli kjent med folk er også veldig viktig. I tillegg har vi bonustid



med bowling og svømming. Hotellet er stort, men alle tar plass. Vis hensyn! Vi trenger hjelp av dere foreldre til å få det så hyggelig så mulig for alle!

Vi vil beholde skiglede hos alle, derfor er øktene litt kortere for de yngste.

Husk å hente de yngste etter økt. Det er ingen barnepassordning som følger oppholdet, kun oppsatte treningstider for oppsatte kull. Skulle du bli ringt opp av trener/oppmann og bedt om å hente en liten pøse som er kald, er det fint om du følger opp nettopp det.

Vær forberedt på spørsmål fra oppmenn om å bistå underveis. De forskjellige gruppene trenger voksen bistand i ulik grad til skismøring, være tilstede under trening og å påse at ingen bowlingkuler havner andre steder enn på banen.

Skiutstyr

Det er viktig å klargjøre skiene før samlingen! Ta av gammel smøring. Ta med det du bruker for ski til ditt og ditt barns bruk. Vi har tilgang på smøreboder. Husk å navne alt av ski, staver, sko og tøy. Det blir mye likt!

Vi har noen regler vi minner om alt før avreise. Fint å øve på i bilen!

- Vi sier hei til alle
- Vi møter i god tid til alle treninger
- Vi inkluderer alle i gruppen vår
- Vi løper ikke inne i gangene
- Vi leker verken "heisleken" eller "banke på dører" leken
- Ingen barn bader alene
- Bowlingbanene åpnes ikke før det er en voksen som tar ansvar pr. bane
- Vi gjentar våre Trysil leggetider. Det forventes at barna er på sine respektive rom og finner roen til følgende tider: ☺
 - o Skileik, 20.30
 - o Barneteam, 21.00
 - o Ungdomsteam, 22.00
- Så smeller vi til med Skileikreglene!
 1. HØRE PÅ TRENERN
 2. HA DET GØY

Inn- og Utsjekk

Alle sjekker inn når de kommer. Det blir selvsagt litt kaotisk om mange siger inn døren samtidig. Men, det går sikkert fint. Alle har fått tildelt rom og vil finne sine navn i resepsjonen. Kabalen er lagt etter beste evne. Alle bor på rom med egen familie. De som ellers deler rom har avtalt på forhånd.



Merk at nøkkelkort er registrert på en voksen i familien. Alle nøkler til samme rom ligger da i denne konvolutten. Når Henrik henter for seg og sine, samt Elsa som bor sammen med de, er konvolutten stilet til Henrik.

Det er utsjekk **kl. 12.00** søndag for alle. Om dere ønsker å bruke dusj og fasiliteter nede etter økt og før avreise må dere låne med dere håndkle fra rommet når dere sjekker ut. Disse håndklærne legges igjen i dusjen nede. Alternativt kan håndklær leies, spør i resepsjonen.

Ikke utstyr i gangene

Det har, med idrettsgrupper, lett for å bli mye utstyr i gangene, ski og annet. Det er ikke lov, noe vi selvsagt respekterer. Dette handler om brannsikkerhet.

Bespising

Siden vi er mange, spiser ulike grupper til ulik tid og på ulikt sted. Dette fremgår av programmet. Vi samler grupper på samme bord. Det står bordskilt på alle bord. Det er ellers skiltet i resepsjonen.

Ungdomsteam spiser i restauranten. Resten spiser i den store matsalen. Det blir flere matstasjoner begge steder. Husk det når dere lager kø :-)

Ekstramat lørdag for utøvere

Lørdag mellom lunch og middag, deler vi ut litt enkel lommemat til utøverne, små og store. Erfaringsmessig er det behov for litt påfyll.

Fotografering - ALLE

Kl. 10.00 lørdag møtes absolutt ALLE på stadion til felles bilde. Dette er kaotisk, tradisjonsfylt og gøy.

Bull Ski & Kajakk

Jørgen og Marius vil være med oss. De kommer til å ha en nyttig butikk med hyggelige priser tilgjengelig på hotellet. Jørgen og Marius vil være behjelpelig med råd og tips om, for og med ski og utstyr.

Bertel og Steen

Vi har også med oss Jacob og en kollega av han fra Bertel & Steen, våre bilvenner. De har med seg noen biler og det vil være gode muligheter for prøvekjøring for den som måtte ønske det!

Info-møte



Alle (utøvere inkludert) møter opp i den store salen **fredag kl. 20.00**
Nyttig og viktig informasjon - og deretter drar på med kahoot (ta med oppladet mobil/nettbrett til dette formål) som fordrer oppmøte. Her blir det premier dere ikke vil gå glipp av!

Informasjon

Det står info tavler i resepsjonen. Program og infodryss er tilgjengelig i resepsjonen ved ankomst.

Spørsmål om sosialt program (bowling, svømming, bingo), kontakt Mona Olivier

Spørsmål om trening, kontakt oppmann/trener/Philip

Spørsmål om alt annet, kontakt Annik (90199869)

Tlf liste i resepsjonen.

Vi kommer også til å bruke Laget Mitt. Eget oppsett for hver gruppe. Finn Trysil gruppen for din pode.

Varme luer

Vi har med Varme luer og pannebånd til salg.

Lotteri

Vi fortsetter tradisjonen: **TRYSIL LOTTERIET**. Vi kjører Lotteri gjennom helgen. Ekte gammeldagse basarbøker vil gjøre at dere slipper å huske på lodd som rotes bort. Solide premier. Blant annet et par junior ski fra Bull, løpesko fra Mizuno og mye mer. Trekning i løpet av uke 47 og heldige vinnere vil bli kontaktet. Vi har mail liste på alle, så det blir lett å finne frem til vinnerne. Lodd selges av våre eminente loddselgere til kr. 20,-/stk. og gode mengderabatter. Vi legger også ut loddbøker for selvbetjening med vippsbruk.

Memorer VIPPS nummeret alt nå: 17406 :-)

Obs Obs - Svømmehallen

Merk at det IKKE er lov for barna å gå i svømmehallen på egenhånd. Dette er VIKTIG. Ingen barn svømmer alene. Om du ikke kan følge ditt eget barn til svømming, må du lage avtale med en annen voksen som har ansvar for ditt barn i svømmehallen. Dette gjelder alle kull.

Følg med på eget program for de respektive grupper skal trene. Det er mange som vil svømme og for å unngå det totale kaos har vi tildelt alle grupper egne svømmetider.

Bowling

Vi skal bowle. Egen informasjon og oppsett med tider og baner kommer på nett og vil bli lagt i bowlingresepsjonen. Banene blir ikke låst opp uten at foresatt til



førstemann på hvert lag melder seg i bowlingresepsjonen. . Det kan være greit å ha med seg. Dette gjelder også HL gruppen.

Refleksvester

Alle dere på barneteam og skileik. Ta med refleksvesten til poden. Merkes med tydelig navn foran og bak, hvis det ikke alt er gjort. I tillegg er det lurt med et telefonnummer i nakken, særlig på de minste kullene. Vesten bruker vi på økt!

Betaling

Vi ber dere sjekke at dere nå har betalt. De av dere som ikke har rukket å betale innen i morgen, vil motta en faktura. Merk at betaling i Rubic er alt inkludert, overnatting, mat, bowling, svømming, tilgang stadion, trenere mm. Evt bruk av minibar, bar, spa, måltider utenom program, dekkes av den enkelte før avreise.

Hotellet

Vi bor på Radisson Blu Trysil. Hotellvegen 1, 2420 Trysil.

Kjør pent!

Det blir den beryktede Lyn køen oppover – fredag kveld.

Pakkeliste:

- Ski (navnet)
- Staver (navnet)
- Skisko (navnet)
- Skitøy
- Ullstilongs og genser, det er kaldere i løypene på Trysil enn hjemme
- Godt med skift
- Sko og tøy til evt. barmarkstrening
- Evt. innesko
- Badetøy
- Litt vanlig tøy til bowlingseanse og på hotellet
- Mobilen til barna kan godt ligge på rommet og samle poeng fra HOLD appen! Dette gjelder også skjerm Brett og deres frender.
- Godt humør!

Ta kontakt om noe er uklart :-)

Vi legger også all info på hjemmesiden vår, www.lynski.no

VELKOMMEN!



Hilsen
Annik