

Info Friluftsvukku 2012

IMI Stølen i samarbeid med **Acta** og **Opplev Oppdal**, inviterer deg til en leir med masse fart. Det blir aktiviteter som: rafting, villmarksleir, stisykling, fjelltur opp Almannberget og lek. Det er med ledere fra Acta som har undervisning på ettermiddagen. Vi har dyktige ledere som blir med på å ha det gøy med deg. Dette er et kjempe konsept. Spennende aktiviteter, i fantastisk natur med profesjonelle instruktører. Der opplevelser står i sentrum. Dette må være den beste starten på sommerferien en skoleelev kan få.

Hvordan komme hit: Fra Trondheim kan du ta toget kl 08.25 og da er du på Oppdal stasjon kl 10.00. (bør bestilles tidlig og med sykkel) Da vil vi stå på Oppdal stasjon for å ta imot. Du starter rett på en aktivitet på IMI Stølen. Bagasjen blir kjørt og du sykler. Husk å ta med lunsj og drikke i en dagstursekk til første dag med aktivitet. De som kjører kan møte på IMI kl 10.00.

Program: Rekkefølge kan forandres men vi starter på **IMI Stølen**.

Mandag 25 juni:

10.00: Oppmøte på Oppdal stasjon, og IMI Stølen.
Her blir vi bedre kjent og delt inn i grupper der vi skal igjennom tre stasjoner. Stisykling, freestylesykling, samhandling og lek.
16.30: Grilling
18.30: Aktivitet med acta.
20.00: Kveldsmat



Tirsdag 26 juni

08.30: Frokost med niste smøring
10.00: Oppmøte på Oppdal stasjon og dagens aktivitet blir i Villmarksleiren med Tvekamp og Vengavollspranget.
17.00: Middag
18.30: Aktivitet med Acta.
20.00: Kveldsmat



Onsdag 27 juni

08.30: Frokost med niste smøring
10.00: Skal vi ha stisykling, enten i vangslia eller i kåsen
17.00: Middag
18.30: Aktivitet med Acta.
20.00: Kveldsmat

Torsdag 28 juni

08.30: Frokost med niste smøring

10.00: Oppmøte på Oppdal stasjon og vi sykler til bunnen av Almannberget. Vi går opp til toppen (kan velge mellom to forskjellige ruter opp), og syklene blir kjørt opp til ryggen. Vi samles på toppen og går et stykke ned til syklene, før vi sykler videre ned.

En fantastisk topptur.

17.00: Middag

18.30: Aktivitet med Acta.

20.00: Kveldsmat



Fredag 29 juni

08.30: Frokost med niste smøring

09.45: Vi blir hentet med buss for å rafte og leik i elva.

16.00: Deltagerne er kanskje litt sliten etter en topp leir og klar for å bli hentet på IMI Stølen.



Ta med:

- Sykkel og drikkeflaske, vi kommer til å sykle masse hver dag. Viktig at den er i god stand, har demper foran og gode bremses. (skivebrems eller nye bremseklosser).
- Teppe, skal brukes til å ha rundt sykkel ved transport, sitte på også videre. Eks NSB teppe.
- Dagstursekk, ha niste og ekstra klær oppi når vi er ute og gjør aktivitet.
- 2 par gode sko, (enkle fjell sko og joggesko) når vi rafter så blir de ene paret vått.
- Innesko.
- Toalettmappe og handduk.
- Laken, sovepose og putetrekk. Mulig å leie sengetøy og handduk for kr 100,-.
- Super undertøy og ullsokker (rafting)
- Skalljakke
- Flere skift, vi skal være masse ute, viktig å ha med bra med klær. På Oppdal kan det være varmt og kaldt i slutten av juni.

Pris og betaling:

Vanlig pris full pakke: 2400,- per pers, To søsken: 2200,- per pers, Tre søsken: 2050,- per pers

Inkl: aktiviteter, mat og overnatting. Vi sender ut en mail med giro noen uker før leiren.

Påmelding

Send mail til: aktivetsleder@imi-stolen.no Med navn, alder, foresatte og telefon nr.

Hilsen

Torgeir Eikli

Driftsleder, IMI Stølen

aktivetsleder@imi-stolen.no