



VELKOMMEN TIL
HOPPSKOLE 24. – 26. SEPT. 2010
/ PLASTRENN SØNDAG 26. SEPT.

Arr: Vikersund IF Hoppgruppe
i samarbeid med:
Flying Team Vikersund

SpareBank 1 Modum

**VIKERSUND IF HOPPGRUPPE INNBYR TIL:
HOPPSKOLE I K-15 OG K-25, 24. – 26. SEPT. 2010
PLASTRENN I K-15 OG K-25 SØNDAG 26. SEPT. 2010**

HOPPSKOLE PÅ PLAST I VIKERSUND HOPPSENTER

Hoppskolen starter fredag ettermiddag og avsluttes på søndag med renn i K-15 / K-25.

Hoppskolen koster: Se PRISLISTE Vikersund IF plashopp skole 2010.

Betaling for "full pakke" dekker følgende aktiviteter:

2 overnattinger på medbrakt liggeunderlag i dommertårn / bygninger i VHS (Vikersund Hoppcenter), samt 6 måltider m/drikke

Bakkeavgift for 4 treningsøkter i K-15 / K-25, m/veiledning fra trenere.

Hoppskoletaske.

Buss til og inngang på Furumo Svømmehall lørdag ettermiddag,

se forøvrig: <http://www.furumo-svømmehall.no/>

Startkontingent til renn på søndag

Påmelding til hoppskolen:

De 60 første som innbetaler depositum vil få plass på hoppskolen.

Øvrige påmeldte vil bli satt på venteliste/får tilbud om minihopp skole, rangert etter innbetalingstidspunkt av depositum. Depositum: kr. 500,- pr. hopper / foresatt kr. 0,-. Påmelding er ikke gyldig før depositum er betalt. Ved avmelding innen 24.08. tilbakebetales hele depositumet. Ved avmelding mellom 25.08. og 09.09. tilbakebetales kr. 250,-. Ved avmelding etter 09.09. er det ingen tilbakebetaling av depositum.

PROGRAM FOR HOPPSKOLEN

Fredag:

Innsjekk / informasjon, Glasshallen (skiflyvningssletta)	17.30 – 19.00
Hopping i K-15 og K-25	19.00 – 20.30
Kveldsmat	21.00 – 22.00
Vi går til ro	22.30

Lørdag:

Vekking	07.30
Frokost + matpakke for 12.00-måltidet må smøres	08.00 – 09.00
Fysisk økt	09.30 – 10.30
Hopping i K-15 og K-25	10.45 – 11.45
Måltid med "selvsmurt" matpakke	11.45 – 12.15
Hopping i K-15 og K-25	12.30 – 14.00
Avreise til Furumo Svømmehall	14.30
Retur fra Furumo Svømmehall	16.15
Varmt måltid i VHS	17.00
Trenernes "time" / disp. for T1-kurs, for de voksne	18.30 – 20.00
Etterpå er kvelden til fri disposisjon	20.00 – 22.00
Vi går til ro	22.30

Søndag:

Vekking	08.00
Frokost + matpakke smøres	08.30 – 09.30
Hopping i K-15 og K-25	10.00 – 11.30

HUSK Å TA MED: Badetøy / håndkle og liggeunderlag / sovepose

Funksjonærer / trenere: Vikersund IF hoppgruppe og Flying Team Vikersund

MINIHOPPSKOLE PÅ PLAST I VIKERSUND HOPPSENTER

Minihoppeskolen er forbeholdt de som evt. ikke får plass på hoppeskolen, el. ikke ønsker å være med på hele arrangementet. Minihoppeskolen starter lørdag ettermiddag og avsluttes på søndag med renn i K-15 / K-25.

Minihoppeskolen koster: Se PRISLISTE Vikersund IF plasthoppeskole 2010.

Betaling for "full pakke minihoppeskole" dekker følgende aktiviteter:

1 overnatting på medbrakt liggeunderlag i dommertårn / bygninger i VHS (Vikersund Hoppsenter), samt 3 måltider m/drikke

Bakkeavgift for 2 treningsøkter i K-15 / K-25, m/veiledning fra trenere

Hoppskoletaske.

Inngang på Furumo Svømmehall lørdag.

se forøvrig: <http://www.furumo-svømmehall.no/>

Startkontingent til renn på søndag

PROGRAM FOR MINIHOPPSKOLEN

<u>Lørdag:</u>	Furumo Svømmehall	12.00 – 14.00
	Innsjekk Vikersund Hoppsenter	14.00 – 14.45
	Treningsøkt i K-15/K-25	15.00 – 16.30
	Varmt måltid i VHS	17.00
	Trenernes "time" / disp. for T1-kurs, for de voksne	18.30 – 20.00
	Etterpå er kvelden til fri disposisjon	20.00 – 22.00
	Vi går til ro	22.30
<u>Søndag:</u>	Vekking	07.00
	Frokost + matpakke smøres	07.30 – 08.00
	Trening i K-15 og K-25	08.30 – 10.00

HUSK Å TA MED: Badetøy / håndkle og liggeunderlag / sovepose

Funksjonærer / trenere: Vikersund IF hoppgruppe og Flying Team Vikersund

T1-KURS I SAMARBEID MED NORGES SKIFORBUND

Utviklingskoordinator NSF Hopp, Tore Øvregård, ønsker som på hoppkolene i 2007 og 2008 å gi tilbud om T1-kurs i Vikersund Hoppsenter hoppeskolehelgen.

Det vil bli lagt opp til en praktisk og en teoretisk del. Invitasjon til kurset m/nærmere detaljer, blir sendt ut til påmeldte klubber/ledsagere i forkant av hoppeskolen.

PLASTRENN K-15 OG K-25 SØNDAG 26. SEPT.

<u>Rennprogram:</u>	Uoffisiell trening forbeholdt de som <u>kun</u> deltar på hopprennet	11.30 – 12.15
	Åpningssermoni	12.25
	Hopprenn K-15 (ingen prøveomgang)	12.30
	Hopprenn K-25 (ingen prøveomgang)	13.45
	Premieutdeling for begge bakker	15.30

<u>Premiering:</u>	Premier til alle
	Premie til klubb med flest deltakere

<u>Klasseinndeling:</u>	K-15: Klasse for jenter
	K-15: Klasse for gutter
	K-25: Klasse for jenter f. 2001 og senere
	K-25: Klasse for gutter f. 2001 og senere
	K-25: Klasse for jenter f. 2000, deretter årsklasser
	K-25: Klasse for gutter f. 2000, deretter årsklasser

TRENING I K-15 / K-25 SOMMEREN 2010: Se: <http://www.vikersund.no/>
BAKKEAVGIFT: kr. 50,-. NB! Bakkene er ikke åpne før tidligst 1. juli grunnet anleggsarbeid.

SPØRSMÅL: Kontakt Bård Sprakehaug, tlf. 32 782576 / 950 64 970.

PÅMELDING FOR HOPPSKOLE / RENN: Vennligst benytt vedlagte påmeldingsskjema (XLS).

HOPPSKOLE: De 60 første som innbetaler depositum vil få plass på hoppskolen. Øvrige påmeldte vil bli satt på venteliste/får tilbud om minihoppkole, rangert etter innbetalingstidspunkt av depositum.
Depositum: kr. 500,- pr. hopper / foresatt kr. 0,-. Påmelding er ikke gyldig før depositum er betalt.
Ved avmelding innen 24.08. tilbakebetales hele depositumet. Ved avmelding mellom 25.08. og 09.09. tilbakebetales kr. 250,-. Ved avmelding etter 09.09. er det ingen tilbakebetaling av depositum.

PÅMELDINGSFRIST PLASTRENN: TIRSDAG 21. SEPTEMBER

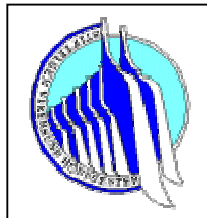
RENNKONTOR:

Rennkontoret vil være i 1Glasshallen på enden av skiflyvningssletta. Telefon rennkantor: 95 064970
Startnummere hentes klubbvis på rennkantoret søndag mellom kl. 10.00 og 12.00.

AKTIVITETER I MODUM:

Se Modums egen startside: <http://www.modum.net/>

VELKOMMEN TIL VIKERSUND HOPPSENTER OG HOPPING PÅ PLAST I K-15 OG K-25.



SpareBank **1** Modum





VIKERSUND HOPPSENTER - K-15 OG K-25



PÅMELDINGSSKJEMA HOPPSKOLE 24. - 26. SEPT. 2010

PÅMELDINGSSKJEMA PLASTRENN SØNDAG 26. SEPT.

NB! PÅMELDING ER IKKE GYLDIG FØR DEPOSITUM, kr. 500,- (PR. HOPPER), ER BETALT!

HOPPSKOLE:	Vennligst fyll ut så nøyaktig som mulig		
NAVN (SKIHOPPER):		FØDT ÅR:	
NAVN (SKIHOPPER):		FØDT ÅR:	
NAVN (SKIHOPPER):		FØDT ÅR:	
NAVN (SKIHOPPER):		FØDT ÅR:	
NAVN PÅMELDINGSANSVARLIG:			
ADRESSE:			
MOB.TLF. / MAIL:			
KLUBB / TEAM:			
ANTALL HOPPERE SOM SKAL OVERNATTE / SPISE I VHS:			
ANTALL VOKSNE SOM SKAL OVERNATTE / SPISE I VHS:			
SPESIELLE FORHOLD / BESKJEDER / SPØRSMÅL:			
PLASTRENN:	Vennligst fyll ut så nøyaktig som mulig	PÅMELDINGSFRIST:	21. SEPT.
		FØDT ÅR	K-15 / K-25
NAVN (SKIHOPPER):			
NAVN (SKIHOPPER):			
NAVN (SKIHOPPER):			
NAVN (SKIHOPPER):			
NB! SKRIV HVILKEN BAKKE HOPPEREN SANSYNLIGVIS SKAL DELTA I (det er mulig å endre).			
PÅMELDINGSSKJEMAET BES SENDT PR. MAIL TIL: besprake@frisurf.no , evt. pr. post til: Bård Sprakehaug, Drolsum, 3370 VIKERSUND			
BETALING:	Kr. 1.100,- pr. deltaler (skihopper) - (søskenrabatt kr. 200,- .. se invitasjon)		
NB! 1 hoppskoletaske er inkl. i "hoppskolepakka". Kr. 600,- pr. foresatt / ledsager. Se invitasjon / prisliste. Ekstra hoppskoletaske a kr. 150,- Antall:			
Depositum, kr. _____, er innbetalt til konto 2270.03.00793, den _____. 2010.			
Resterende beløp kr. _____, innbetales innen 21. sept.			

SpareBank 1 Modum



SpareBank 1 Modum

VIKERSUND IF PLASTHOPPSKOLE 2010 VIKERSUND HOPPSENTER



PRISLISTE

VIKERSUND IF PLASTHOPPSKOLE
VIKERSUND IF MINIHOPPSKOLE
VIKERSUND IF PLASTHOPPRENN



VIKERSUND IF PLASTHOPPSKOLE (fredag 24. - søndag 26.sept.)

Hoppskoledeltaker m/alt inkl.	1 100,00	*1
Foresatt / ledsager	600,00	
Hoppskoledeltaker u/overnatting og mat	750,00	*2
Foresatt / ledsager u/overnatting og mat	0,00	

*1 Søskenrabatt, kr. 200,- for hvert søsken ut over 1.

*2 Søskenrabatt, kr. 100,- for hvert søsken ut over 1.

NB! Hoppskolekontingenten dekker også startkontingent til rennet søndag.

NB! Depositum, kr. 500,- pr. hoppskoledelt. må innbetales før påmelding blir registrert.

VIKERSUND IF MINIHOPPSKOLE (lørdag 25. - søndag 26. sept.)

Hoppskoledeltaker m/alt inkl.	800,00	*2
Foresatt / ledsager	350,00	
Hoppskoledeltaker u/overnatting og mat	500,00	*2
Foresatt / ledsager u/overnatting og mat	0,00	

*2 Søskenrabatt, kr. 100,- for hvert søsken ut over 1.

NB! Hoppskolekontingenten dekker også startkontingent til rennet søndag.

VIKERSUND IF PLASTHOPPRENN (søndag 26. sept.)

Startkontingent plasthopprenn (skiforbundets sats for utøvere 16 år o/y.)	90,00
Startkontingent betales bare av de som <u>kun</u> skal delta i rennet!	

Hoppskoletaske (ut over 1 som er inkl.): kr. 150,-.

Ved overnatting i campingvogn i hoppsenderet: Ta kontakt for å avtale pris.

BANKKONTO: 2270.03.00793 (frist for innbet. av restbeløp er 21.9.)

SpareBank 1 Modum