

Til elever og foresatte på 9. trinn

Hovden 2023

Uke 11

Avreise: Mandag 13. mars. Elevene møter på skolen kl 08.15. Avreise ca. 09.00

Retur: Torsdag 16. mars, på Vassmyra ca kl 21.00.

Bosted: Hovden Fjellstoge

Årets skiskole går også i år til Hovden Fjellstoge (www.hovdenfjellstoge.no).

Avreise til Hovden er mandag 13. mars med retur til skolen torsdag 17. mars. Overnatting, busstur, skikort til alpindag eller inngang badeland, frokost m/niste og middag dekkes av skolen.

Alle må ha med seg langrennsski. De som ønsker, kan i tillegg ha med seg ett par alpinski (evt. brett). Dersom du mangler utstyr, kan det lånes på Bua Mandal. De har mye utstyr, og holder åpent torsdag 9. mars kl. 15.00-18.00

Det blir skitur hver dag. Torsdagen legges det opp til at elevene velger mellom å være i alpinbakken, i badeland eller å gå på langrennstur. Det vil også være tilbud om kveldskjøring i alpinbakken en av dagene. Elevene deltar på aktivitetsgruppe etter interesse og skiferdigheter. Vi ser også på muligheten for skøyter, og kommer tilbake til dette når det nærmer seg.

Det vil bli brukt tid til planlegging av turen på skolen og i klassene utover vinteren.

Turen er en obligatorisk del av opplæringen. Dersom du tenker at det utfordrende for din ungdom å delta, ta kontakt med kontaktlærer slik at vi sammen kan trygge og legge til rette for deltakelse.

Vi gleder oss til turen og ser fram til dager med mye moro i snøen og på Fjellstoga.

På vegne av 9. trinns lærere,

Beate Fuglset Pedersen

Avd.leder, Vassmyra skole

Utstysrliste

- LANGRENNSSKI/STAVER/SKO
- Ullundertøy / stillongs / superundertøy
- Ullstrømper + reserve
- Langermet genser (ull eller fleece)
- Skibukser/overtrekks-bukse
- Vindtett jakke
- Regntøy (vi er ute i all slags vær)
- Lue
- Skjerf / buff
- Votter + reserve
- Toalettsaker/håndkle
- Sengetøy
- Solbriller
- Slalåmbriller
- Solkrem (høy faktor)
- Innetøy / innesko
- Termos (evt. kakaopulver)
- Sitteunderlag
- Ryggsekk (dagstursekk)

- Eventuelt:
- Alpinutstyr (HUSK: Hjelm!)
- Badetøy
- Gnagsårplaster

Brus/godteri til eget forbruk

Snacks til tur og evt. kvelds (müslibar, nøtter...)

Det er viktig å tenke på at klær og utstyr må være funksjonelt og i passelig størrelse. Prøv skoene hjemme før avreise. Sjekk ski- og stavlengde. Sjekk også at skoene passer til bindingene på skiene.

Husk at det er bedre å kle seg med flere tynne lag enn ett tykt.

OBS! Bomull nærmest kroppen anbefales ikke, heller ikke på føttene.