

# Gran Canaria 2023

**Bli med på en ukes vinterleir 2. – 9. januar 2023**

**Vi gjentar suksessen siden 1996 med avreise i - 20°C og ankomst i +20°C til et ferieparadis med lange sandstrender, spennende kultur, billig mat og flotte hoteller.**

Turen går til Gran Canaria med Ving som reiseoperatør. Treningen vil foregå på Pabellon Municipal Maspalomas (El Tablero og San fernando) som har en stor og fin sal med et godt gulvdekke. Avstand fra hotellet til hallen er ”kort” og mange velger å gå til hallen.



## Reisen?

Avreise og hjemkomst tilbys fra:

En uke

- Oslo Gardermoen, 2/1 2023, kl 0700  
Avreise kl 0730 hjemkomst 9/1 kl 2023

(Ving tar forbehold om endringer i tidspunkt)

## Trening

Det er planlagt 1 økt pr. dag på 4 timer med trenings- tid kl 1000-1400. Det er en kort pause midt i trening- søkten. Treningen egner seg for ungdom og voksne. Barn under 12 år kan få utbytte av treningen hvis instillingen er å delta på trening tilrettelagt for ungdom/voksne. Det er planlagt en dag til fridag og totalt 5 dager med trening. Det er mulig treninger noen dager blir på andre tidspunkt. Siste dag avsluttes med gradering. Husk å kommunisere med din hovedin- struktør om gradering i Gran Canaria.

Treningen vil følge gjeldende smittevern regler med valg av øvelse og hygiene regler.



# Pris

for turen, hotell, flytillegg, mat på flyet, buss fra flyplass til hotellet og flyreise er:

- 1) En uke 2.-9. Januar 2023 inkl. trening , Los Arcos, kr 9195,- ved å bo 3 pers. i hver bungalow.
- 2) En uke 2.-9. Januar 2023 inkl. trening , Los Arcos, kr 9695,- ved å bo 2 pers. i hver bungalow.
- 3) En uke 2.-9. Januar 2023 inkl. trening , Los Arcos, kr 11750,- ved å bo 1 pers. i hver bungalow.
- 4) Foreldre og foresatte, ikke trening. En uke 2.-9. Januar 2023, Los Arcos, kr 8695 ved å bo 2 personer i hver bungalow.
- 5) Foreldre og foresatte, ikke trening. En uke 2.-9. Januar 2023, Los Arcos, kr 8195 ved å bo 3 personer i hver bungalow.
- 6) Kun trening for de som ikke kan være med på et av øvrige alternativer.  
Pris: kr 2600 pr. pers.

Dersom det er ønskelig med to uker eller har andre spørsmål er det fint om det sendes en forespørsel til: [hbetele@gmail.com](mailto:hbetele@gmail.com) eller ring 90 13 50 80.



## Los Arcos, Playa del Inglés

Hyggelig bungalowområde med mange stamgjester. Sentral beliggenhet i Playa del Inglés. Bungalowene ligger i en stor hage med fire basseng. Ett av bassengene er oppvarmet fra november - mars. À la carte- og buffé-restaurant. Liten lekeplass samt enkel minigolfbane.

**Avbestilling** Dersom turen avbestilles før 1. September får du tilbakebetalt innbetalt beløp - kr 895,- uansett grunn. Etter 1. september 2022 er det ingen refusjon. NB! Du må selv sørge for at du har reiseforsikring og avbestillingsforsikring. Avbestillingsforsikring kan du få gjennom din reiseforsikring. Dersom Ving kansellerer turen på grunn av Corona eller andre forhold, får du tilbakebetalt innbetalt beløp minus kr 250,-.

**Meld deg på nå!** Interessen for tilsvarende turer har vært stor. Det vil bli foretatt en prioritering etter først til mølla prinsippet. Husk at det er begrenset med plasser. Derfor bør du være rask med å bestemme deg. Den 1. september 2022 vil vi bekrefte plasser med navn, betaling osv. ovenfor Ving og det kan etter det være for sent å bli med.

**Bindende påmelding gjøres via link i [www.vinterleir.no](http://www.vinterleir.no)**

**Påmelding gjøres via**

**<https://www.checkin.no/event/45242/vinterleir-2023>**

**NB!** Det er 18 års grense og du må ha minst 9. Gup (hvitt belte med gul stripe) for å være med på treningen. Hvis du er under 18 år må du ha med deg en foresatt som er villig til å ta ansvaret for å passe på deg. Ring eller send mail hvis det er noe du lurer på.

**Spørsmål** vedrørende vinterleiren rettes til:

- Master Hallgeir Betele 7. Dan, tlf: 90 13 50 80 e-post: [hbetele@gmail.com](mailto:hbetele@gmail.com)

