



**Norges
Skiforbund**

Agder og Rogaland
Skikrets

Til alle klubber i Agder og Rogaland Skikrets,
og Telemark og Vestfold Skikrets, samt
Hordaland Skikrets.

17.04.2024

Invitasjon til samlinger på Fonna 2024

I henhold til samlingsplanen inviterer AK til samlinger på Fonna mai – august 2024. Det er kommet mye snø på breen, så vi håper det blir en fin Fonna sesong.

Vi ønsker nå forhåndspåmelding på samtlige samlinger på Fonna, dette for å kunne starte på logistikken og evt. booke mer overnatting på de samlingene vi trenger det.

Forhåndspåmeldingen sendes inn sammen med den endelige påmeldingen til første samling (3.mai). Endelig påmeldingsfrist til hver enkelt samling står under. Se mer info om påmelding under.

Påmelding:

All påmelding skal være klubbvis fra samlingsansvarlig i hver enkelt klubb.

Påmelding sendes til kretstrener@gmail.com innen fristen. (Evt Isonen / Spond)

Innen 3.mai ønsker vi en forhåndspåmelding på alle samlinger på Fonna i år. Vi ønsker dere prøve å være så nøye som mulig og planlegge frem til og med Fonna 6. Dette vil lette logistikkarbeidet og vi kan holde kortere frist på «endelig påmeldingsfrist».

Samlingsansvarlig må sende påmelding/bekreftelse på de påmeldte innen fristen.

Fonna 1.	17.5 – 21.5	Påmeldingsfrist	3.mai kl. 23.59
Fonna 2.	30.5 – 2.6	Påmeldingsfrist	23.mai kl. 23.59
Fonna 3.	7.6 – 10.6	Påmeldingsfrist	31.mai kl. 23.59
Fonna 4.	21.6 – 25.6	Påmeldingsfrist	13.juni kl. 23.59
Fonna 5.	31.7 – 4.8	Påmeldingsfrist	24.juli kl. 23.59

Fonna 6. 9.8 – 13.8 Påmeldingsfrist 31.juli kl. 23.59

Etter påmeldingsfrist på hver enkelt samling, så er påmeldingen bindende. Er man ikke påmeldt innen fristen er man heller ikke sikret plass.

Info om samlingene:

Samling	Sportslig opplegg for*	Fokus	Disiplin
Fonna 1	U10 og oppover	Grunnteknikk, øvelser, modeller	SSL (SL reserve)
Fonna 2	U12 og oppover	Grunnteknikk, øvelser, modeller	SSL (SL reserve)
Fonna 3	Alle**	Grunnteknikk, øvelser, modeller/løyper	SSL (SL reserve)
Fonna 4	U10 og oppover	Grunnteknikk, sporvalg, modeller/løype	SSL og SL
Fonna 5	U12 og oppover	Grunnteknikk, sporvalg, modeller/løype	SSL og SL
Fonna 6	U12 og oppover	Grunnteknikk, sporvalg, modeller/løype	SSL og SL

**Skal de yngste på en samling i løpet av fonna-sesongen, så anbefaler vi denne.

*Det vil ikke bli lagt opp til sportslig opplegg til yngre utøvere enn det som er skrevet over. Alle kan melde seg på, men opplegget blir for alderen oppgitt på samlingen.

Det vil bli prioritert storslalåm på Fonna, men vi har alltid med oss slalåmutstyr, og vi kommer til å bruke slalåmski innimellom når vi kjører øvelser og disiplinen er storslalåm.

Overnatting og organisering:

Overnatting blir på «Hovden-huset/Olastølen», ved behov vil vi skaffe annen overnatting. Det vil bli utnevnt en matansvarlig og en renholdsansvarlig på hver enkelt samling. Disse får hjelp av øvrige foresatte til innkjøp, matlaging, rydding osv.

Kostnader:

Kostnad	Pr.døgn
Overnatting inkl. mat	370,-
Felleskostnad Agder & Rogaland Skikrets	200,-
Felleskostnad samarbeidsklubber	300,-
Treneravgift (samarbeidsklubber som stiller med egne betalte trenere får fritak fra treneravgift*)	200,-
Heiskort 1 dag	395,-
Heiskort 2 dager	760,-
Heiskort 3 dager	1125,-
Heiskort 4 dager	1500,-

Sesongkort (gyldig fra start til 18.august)	5500,-
---	--------

*Avklares med AK i Agder & Rogaland Skikrets før samling.

Etter hver samling vil kretsen foreta en avregning av kostnadsfordeling. Ved samlinger hvor det f.eks blir brukt langt over budsjetterte salt-kostnader, kan det tilkomme en liten økning i felleskostnaden.

Transport:

Alle må selv sørge for transport til/fra Fonna, samt transport opp og ned til bakken hver dag.

Bom opp til skisenter koster 120,- pr dag, årskort koster 1200,- og kan kjøpes på

www.passpay.no

Lagleder:

Hver klubb oppnevner lagleder, og all informasjon går gjennom lagleder og samlingsansvarlig.

Husk å ta med:

Skutstyr, barmarkstøy for utetrening, preppeutstyr, drikkeflaske, regntøy, hjelm, ryggplate, badetøy, håndkle, sengetøy og solkrem.

Møter:

Utøvermøte på ankomstdag i spisesal på «Hovden-huset» kl. 20.30.

Trener/lagledermøte på ankomstdag i trenerfløy på «Hovden-huset» kl. 21.00.

(Møter/info resterende dager blir informert om første dag).

Vi gleder oss til å bli kjent med alle sammen, og til en super Fonna sesong 😊

Vi ses på Fonna.

Med vennlig hilsen

Eivind & Vidar

Kretstrenerne

På vegne av AK i Agder & Rogaland Skikrets.

