

## **Mixgrupp 1: Inriktning rörelsenedsättning**

## **Mixgrupp 2: Inriktning synnedsättning**

## **Mixgrupp 3: Inriktning intellektuell funktionsnedsättning**

## **Fredag 8/12**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Plats** |
| **16:00 – 17:45** | **Incheckning och registrering** | **Scandic Hotel Syd** (Konferenslokalen Gammlia & Vindeln) |
|  | Du som deltar fr.o.m. fredagens program registrerar dig på lägret. Bor du på hotellet checkar du även in. Har du beställt profilkläder får du även dessa. Här finns chans att delta på en tipspromenad, med fina priser från Toyota. |
| **18:00 – 19:00** | **Inspirationsföreläsning** | **Scandic Hotel Syd** (Konferenslokalen Gammlia & Vindeln) |
| **19:00 – 20:00** | **Middag** | **Scandic Hotel Syd** (Restaurangen) |
|  | Middag finns för både ledare, deltagare och medföljare som beställt detta. |

## **Lördag 9/12 (förmiddag)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Plats** |
| **07:00 – 09:00** | **Frukost (07:00-11:00)** | **Scandic Hotel Syd** (Restaurangen) |
|  | Frukost finns för deltagare och medföljare som beställt detta. |
| **08:30 – 09:00** | **Incheckning och registrering** | **Nolia (Friidrottshallen)** |
|  | Du som deltar fr.o.m. lördagens program registrerar dig på lägret. Har du beställt profilkläder får du även dessa.Adress: Signalvägen 3 |
| **09:30 – 10:45** | **Idrottspass 1** |  |
|  | Mixgrupp 1 (Paraishockey/Bordtennis) | Paraishockey, Nolia (Ishallen). Vi möts innanför entrédörrarna. Bordtennis, Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Mixgrupp 2 (Simning) | Navet. Vi möts vid fiket i entrén.  |
|  | Mixgrupp 3 (Bordtennis) | Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Simning | Navet. Vi möts vid fiket i entrén. |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen). Vi möts vid receptionen/kassan i entrén |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen). Vi möts innanför entrédörrarna.  |
|  | Fotboll (5-a-side) | Dragonskolan (Gymnastikhall södra). Vi möts i korridoren innanför entrédörrarna till dragonhallarna. |
| **10:45 – 11:15** | **Paus** |  |
| **11:15 – 12:30** | **Idrottspass 2** |  |
|  | Mixgrupp 1 (Badminton/längdskidor) | Badminton, Nolia (Tennishallen). Vi möts vid receptionen/kassan i entrén. Längdskidor (Nydala). Vi möts innanför grindarna vid speakerbåset.  |
|  | Mixgrupp 2 (Längdskidor) | Nydala, vi möts innanför grindarna vid speakerbåset. |
|  | Mixgrupp 3 (Boxning/längdskidor) | Boxning, Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. Längdskidor (Nydala). Vi möts innanför grindarna vid speaker båset. |
|  | Simning | Navet |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen) |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen) |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen) |
|  | Fotboll (5-a-side) | Dragonskolan (Gymnastikhall södra) |
| **12:45 – 13:45** | **Lunch** | Nolia (Restaurang Kummin) |
|  | Lunch finns för både ledare, deltagare och medföljare som beställt detta. |

## **Lördag 9/12 (eftermiddag)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Plats** |
| **14:00 – 15:15** | **Idrottspass 3** |   |
|  | Mixgrupp 1 (Boxning/simning) | Boxning, Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. Simning, Navet. Vi möts vid fiket i entrén |
|  | Mixgrupp 2 (Fotboll-5-a-side) | Dragonskolan (Gymnastikhall södra). Vi möts I korridoren innanför entrédörrarna till dragonhallarna. |
|  | Mixgrupp 3 (Badminton) | Nolia (Tennishallen). Vi möts vid receptionen/kassan i entrén.  |
|  | Simning | Navet |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen) |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen) |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen) |
|  | Fotboll (5-a-side) | Dragonskolan (Gymnastikhall södra) |
|  | Goalball | Dragonskolan (Gymnastikhall norra). Vi möts I korridoren innanför entrédörrarna till dragonhallarna. |
| **14:15** | Workshop för föräldrar | Nolia (Piruetten, ishallen). Vi möts innanför entrédörrarna på ishallen 10 min innan. |
| **15:15 – 15:45** | **Paus** |   |
| **15:45 – 17:00** | **Idrottspass 4** |   |
|  | Mixgrupp 1 (Elinnebandy/tennis) | Elinnebandy, Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. Tennis, Nolia (Tennishallen). Vi möts vid receptionen/kassan i entrén.  |
|  | Mixgrupp 2 (Goalball) | Dragonskolan (Gymnastikhall norra). Vi möts I korridoren innanför entrédörrarna till dragonhallarna. |
|  | Mixgrupp 3 (Simning) | Navet. Vi möts vid fiket i entrén.  |
|  | Simning | Navet |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen) |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen) |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen) |
|  | Goalball | Dragonskolan (Gymnastikhall norra) |
| **17:00 – 18:00** | **Gemensam aktivitet för alla (frivillig)** | **Scandic Hotel Syd** (Konferenslokalen Gammlia & Vindeln) Det blir musikquiz med chans till fina priser från Toyota. |
| **18:00 – 20:00** | **Middag** | **Scandic Hotel Syd** (Restaurangen) |
|  | Middag finns för både ledare, deltagare och medföljare som beställt detta. |

## **Söndag 10/12**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Tid** | **Aktivitet** | **Plats** |
| **07:00 – 09:00** | **Frukost (07:00-11:00)** | **Scandic Hotel Syd** (Restaurangen) |
|  | Frukost finns för deltagare och medföljare som beställt detta. |
| **09:30 – 10:45** | **Idrottspass 5** |   |
|  | Mixgrupp 1 (Friidrott/rullstolsinnebandy) | Friidrott/rullstolsinnebandy, Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Mixgrupp 2 (Friidrott) | Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Mixgrupp 3 (Tennis) | Nolia (Tennishallen). Vi möts vid receptionen/kassan i entrén.  |
|  | Simning | Navet |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen) |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen) |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen) |
|  | Goalball | Dragonskolan (Gymnastikhall norra) |
| **10:45 – 11:15** | **Paus** |   |
| **11:15 – 12:30** | **Idrottspass 6** |   |
|  | Mixgrupp 1 (Curling) | Nolia (Curlinghallen). Vi möts innan för entrédörrarna |
|  | Mixgrupp 2 (Friidrott) | Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen inne i friidrottshallen. |
|  | Mixgrupp 3 (Curling/friidrott) | Curling: Nolia (Curlinghallen). Vi möts innanför entrédörrarna Friidrott: Nolia (Friidrottshallen). Vi möts framför trappen i friidrottshallen. |
|  | Simning | Navet |
|  | Tennis | Nolia (Tennishallen) |
|  | Elinnebandy | Nolia (Friidrottshallen) |
|  | Paraishockey | Nolia (Ishallen) |
|  | Goalball | Dragonskolan (Gymnastikhall norra) |
| **12:45 – 13:45** | **Lunch/avslut** | Nolia (Restaurang Kummin) |
|  | Lunch finns för både ledare, deltagare och medföljare som beställt detta. |

