



# Vallensbæk Rulleskøjteklub

## Inviterer til **VARK CAMP**

Tirsdag 2/7-2024 kl. 9 til fredag 5/7-2024 kl. 12

### **Har du lyst til at rulle med os?**

Vallensbæk Rulleskøjteklub (VARK) inviterer til camp for børn og voksne. VARK camp er en fed oplevelse for alle, der elsker at køre på rulleskøjter. Du kan lære nye øvelser, møde nye venner og have det sjovt i fire dage. Du skal være mindst 6 år.

Vi overnatter på Vallensbæk Skole, hvor vi spiser og sover i multihallen. Det er også muligt at sove i eget telt lige udenfor multisalen. Vi træner på den store 400 meter bane i Vallensbæk Idrætscenter og andre fede steder. Vi har dygtige trænere, der kan hjælpe dig med at blive bedre, uanset om du er begynder eller øvet.

Vi har også masser af andre aktiviteter, som du kan være med til. Vi holder festmiddag torsdag aften, hvor vi hygger os med god mad og musik. Vi har også frugt og snacks til dig, når du bliver sulten.

Vil du være med? Se oplysninger om tilmelding længere nede.

### **Praktisk information:**

- ❖ Vi har kun 50 pladser til overnatning indendørs, så det er først til mølle. Du kan også slå dit eget telt op udenfor Multisalen, hvis du vil.
- ❖ Prisen er kun 1.000 kr. for unge (13+) og voksne, og 800 kr. for børn. Det inkluderer masser af træning, fælles aktiviteter, overnatning, alle måltider, snacks, et camp-armbånd og mm.
  - Hvis du kun vil/kan være med til nogle af måltiderne, så koster det 50 kr. pr. måltid for morgenmad og frokost, 100 kr. for aftensmad og 200 kr. for festmiddagen.
  - Hvis du kun vil/kan være med til nogen af træningspassene, så koster det 50 kr. pr. træningspas.

*\* Det er kun deltagere på den fulde camp, hvor frugt og snacks mm. er inkluderet i prisen.*

*\*\* Det bliver skønt at se børn i alle aldre, men deltagere under 18 år skal have en værge tilstede under hele camp'en. Værge skal være over 18 år, men behøver ikke at være et familiemedlem. Værgens opgave er at have børnenes sundhedsinformationer og evt. kunne tage med barnet på skadestuen ved uheld. Der må max være 5 børn pr. værge. Hvis en værge ikke løber på rulleskøjter, er prisen 800 kr.*

**Hvis du vil være med alle dage, skal du tilmelde dig via dette link:**

### **TILMELDING**

Når du har sendt mailen, skal du betale for camp'en til VARK via Mobilepay på 181358. Skriv dit fornavn og efternavn i beskeden. Sidste frist for tilmelding og betaling er den 2. juni 2024!

**Hvis du kun vil være med til nogle måltider eller træningspas, skal du sende en mail til [vark@vark.dk](mailto:vark@vark.dk) senest dagen før med disse oplysninger:**

- ❖ Dit navn og din alder
- ❖ Hvad du ønsker at tilmelde dig, måltid eller træningspas samt dato
- ❖ Dit rulleniveau, hvis du tilmelder dig til træningspas (begynder, rutineret, talenttrup eller elite) og din klub, hvis du har en
- ❖ Hvis du er under 18 år, navnet på din værge og deres kontaktinfo
- ❖ Om du har nogle almindelige madallergier\*, hvis du tilmelder dig til måltid

*\* Bemærk: Hvis du er vegetar, veganer eller har mange allergier, skal du selv tage mad med, som passer til dig. Vi kan desværre ikke lave særlig mad til dig.*

**Vi glæder os helt vildt til at rulle med dig på VARK CAMP!**

