**Simhoppsläger i Lönsboda, 11-14 augusti 2011**

**Hoppare**My Adler -00 Oscar Meyer-99  
Tova Mårtensson -02 Hanna Tufvesson-00  
Ludvig Tufvesson-04 Isabella Forshufvud-04  
Magna Gudbrandsdottir-99 Salka Gudbrandsdottir-02  
Filippa Rauer- 00 Viktor Costa Caesar-00  
Oliver Kristensson-02 Filiph Ursing-02  
Tilda Hjalmarsson-02 Frida Wallander-02  
Alexander Wiberg-99 Erik Ekenstierna-03  
Tindra Cederved-01

**Tränare**Louise Larmark, Maja Green och Tove Johansson

**Betalning**1100 kr betalas in på PG 43 46 35-9 senast den 2/8. Ange vem och vad betalningen gäller (namn och simhoppsläger i Lönsboda)

**Transport till Lönsboda**Samling klockan 08.00 torsdagen den 11 augusti utanför Högevallsbadet. Följande familjer hjälper till med transport:

* Ekenstierna, Erik +3
* Tufvesson, Hanna och Ludvig + 2
* Forshufvud, Isabella+2 platser
* Hjalmarsson, Tilda+ 1
* Rauer, Filippa+2
* Meyer, Oscar+ 2
* Adler kör själva
* = 19platser utan Adler (17 hoppare och 3 tränare)

**Transport hem från Lönsboda**Hemfärden från Lönsboda sker klockan 17.00 söndagen den 14 augusti. Vi beräknas vara tillbaka på Högevallsbadet ca klockan 18.30. Följande föräldrar hjälper till med transporten hem:

* Ekenstierna, Erik+3
* Tufvesson, Hanna och Ludvig + 2
* Forshufvud, Isabella +2
* Mårtensson, Tova + 3
* Gudbrandsdottir, Magna och Salka +2
* Adler kör själva
* =19platser utan Adler (17 hoppare och 3 tränare)

**Mat och logi**Boendet under lägret kommer att vara på Ettbe fritidsgård. Där äts också alla måltider. Johan (Eriks pappa), Isabellas mamma/pappa och även Hanna och Ludvigs mamma/pappa hjälper till med matlagningen under hela lägret. Fritisgården ligger på ett gångavstånd från badet.

**Träning**Det blir ca två simhoppspass och ett landpass varje dag.

**Medtag**

* Matsäck för torsdag lunch
* Luftmadrass/ liggunderlag
* Sovsäck och kudde
* Badkläder, gärna flera ombyten
* Handukar
* Landträningskläder
* Gymnastikskor för både inomhus och utomhusbruk
* Vattenflaska
* Oömma kläder för utomhusaktiviteter
* Fickpengar till glass och godis (ca 50 kr). ( Man får äta godis, men det är tränarna som bestämmer när.)

**Frågor**Finns det frågor?   
 Ställ dem då till Sanna, [sanna.wallertoft@skposeido.se](mailto:sanna.wallertoft@skposeido.se). Behöver ni komma i kontakt med tränarna under lägret - finns telefonnummer här:

Louise: 0739-72 84 08  
Maja: 0734-237772

**Vägbeskrivning**Skickas ut under vecka 31/23.