

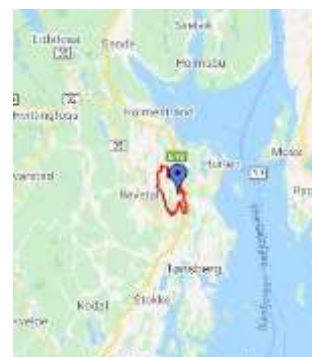
INVITASJON FYLKESLEIR 2022

PÅ DALHEIM I
UNDRUMSDAL
22. JUNI – 26. JUNI



I år blir fylkesleir for Vestfold og Telemark arrangert av de tre klubbene Beitemarken 4H, Djerv 4H og Rapp 4H.

Undrumsdal er en bygd i Tønsberg kommune i Vestfold og Telemark, med ca. 1100 innbyggere. Bygda ligger mellom Revetal og Horten i øst-vest-retning, og mellom Holmestrand og Tønsberg i nord-sør-retning, med 10-15 minutters kjøring til hvert av stedene. I bygda ligger det mange gårdsbruk og flere boligfelt. Samfunnshuset Dalheim ligger rett ved en av bygdas to skoler - Solerød skole. Det er her sommerens fylkesleir skal være. Teltleiren skal være på bygdas fotballbane (IF HAUK).



Velkommen til vikingleir

Hilsen
Leirkomiteen 2022

Leirprogram

Onsdag 22. juni

14.00 – 17.00: Ankomst og tunbyggin
17.00: Middag
18.00: Vikingferd i Undrumsdal (ta på vikingkostyme), etterfulgt av Offisiell åpning av leiren
20.00: Tunsamling – valg av tunsjef og lag
20.30: Felles Bli kjent leker
21.00: Åpning av Miljøtorget
21.30: Kveldsmat
22.30 Tunsjefsamling
23.00: Ro i teltleiren
23.15: Ledersamling
01.00: Ro

Torsdag 23. juni

08.00: Vekking
08.30 - 9.30: Frokost
9.30: Morgensamling
10.00: Aktivitetsdag - Innledende runder volleyball og Tautrekking
12.00: Lunsj
12.45: Aktivitetsdag - Innledende runder volleyball og Tautrekking fortsetter
17.00: Middag
18.00: Tunsamling
20.00: Underholdning fra scene
21.00: Miljøtorget åpner
21.30: Kveldsmat
22.30: Tunsjefsamling
23.00: Ro teltleiren
23.00: Natta for juniorer
23.15: Ledersamling
01.00: Miljøtorget stenger
01.00: Ro i hele leiren

Fredag 24. juni

08.00: Vekking
08.30 - 9.30: Frokost
09.30: Morgensamling
10.00: Vikingdag på Slottsfjellet
12.00: Lunsj
12.45: Vikingdagen fortsetter

15.30: Tur til Borrehaugene med bading

17.00: Middag
19.00: Tilbake til leiområdet
20.00: Tunsamling
21.30: Miljøtorget åpner
21.30: Kveldsmat
22.30: Tunsjefsamling
23.00: Ro i teltleiren
23.15: Ledersamling
01.00: miljøtorget stenger
01.00: Ro

Lørdag 25. juni

08.00: Vekking
08.30 - 9.30: Frokost
9.30: Morgensamling
10.00: Fagaktiviteter
12.00: Lunsj
12.45: Fagaktiviteter fortsetter
17.00: Middag
18.00: Tunsamling
18.15: Semifinaler volleyball og tautrekking
20.00: Underholdning fra på scene
21.00: Miljøtorget åpner
21.30: Kveldsmat
22.30: Tunsjefsamling
23.15: Ledersamling
00.00: Ro i teltleiren
02.00: Miljøtorget stenger

Søndag 26. juni

9.00: Vekking
09.30 - 10.30: Frokost
10.30: Morgensamling
11.00 – 14.00: Åpen dag
11.00: Finale Volleyball
13.00: Finale Tautrekking
13.30: Premieutdeling
14.00: Avslutning. God tur hjem!

Med forbehold om endringer



AKTIVITETER – velg 1 ved påmelding



LINE DANCE: Line Dance er en dans som har sitt opphav i Amerika, fra begynnelsen av 1970 tallet. Line Dance danses mye til countrymusikk, men de fleste musikkformer kan det danses Line Dance til. Heldagsaktivitet. Ingen egenandel.



VOLLEYBALL: Her får du spille 4Hs eget ballspill. Du vil lære teknikker innenfor fingerslag, baggerslag, serve, smash og blokk. Du vil bli flinkere til å forstå spillet, og du vil få en liten innføring i spilleregler for volleyball. Det vil selvfølgelig også bli mye spilletid. Aktiviteten vil i utgangspunktet foregå ute, men hvis det blir veldig dårlig vær vil det bli inne. Ta derfor med sko til både inne- og utebruk. Heldagsaktivitet. Ingen egenandel.



HOLT GÅRD: Innføring i Ungarsk pil- og bueridning (Kassai hestebueskyting) og gårdsbesøk: Ungarsk pil- og bueridning handler om å skyte skudd med pil og bue på blink, fra en hest som galopperer. Aktiviteten har sin opprinnelse fra Ungarn. Du vil få en innføring i det å forstå både hest og bueskyting, for så å kombinere dette som én aktivitet. På gården får du også hilse på mange dyr. Gården har et variert husdyrhold for å nytte og resirkulere lokale ressurser, og for å produsere og foredle kortreist mat. Høy dyrevelferd og det å skape gode opplevelser og nærkontakt mellom dyr og mennesker er viktig for



gården, som driver økologisk landbruk. Heldagsaktivitet. Egenandel kr. 200,-

DANS: Her vil du bl.a. lære en Hip Hop-koreografi. Møt opp med klær som er gode å bevege seg i, og husk innesko. Aktiviteten vil foregå på Verzatile dancestudio i Horten. Se mer på: www.verzatiledancestudio.com. Heldagsaktivitet. Egenandel kr. 100,-



SMILING: Vikingene smidde selv sine våpen og smykker. Sverdet var et av de viktigste våpnene i vikingtiden, sammen med spyd og øks. Her får du mulighet til å lære å smi med slegge og ambolt, slik som vikingene gjorde det. Du kan smi ditt eget knivblad eller et lite spyd, en kleskrok og peisutstyr. Heldagsaktivitet. Ingen egenandel

SMÅSNEKRING: Med hammer og spiker, og annen nødvendig redskap kan du lage deg en liten krakk, en skammel, en benk eller noe annet fint. Heldagsaktivitet. Ingen egenandel.





NÅLBINDING: En nål av tre eller bein, og garn som var mulig å skjøte uten knute, var alt vikingene brukte for å lage plagg med fantastiske egenskaper. Maskestørrelsen avgjøres av størrelsen på tommelen. Man nålbinder oftest i ull, ettersom man skjøter på en ny tråd ved toving. Nålbinding er et 6000 år gammelt (rødt) håndarbeid. Det vil si at teknikken står i fare for å bli glemt. Deltagerne vil lære Oslostinget (et av 42 registrerte sting) og kan velge mellom å lage pulsvanter, pannebånd eller en liten veske. Heldagsaktivitet. Egenandel kr. 250,-

BUESKYTING: I Norge er vikingenes ferdigheter i bueskyting godt kjent. I vikingtiden var det å kunne skyte med pil og bue, en egenskap som satte mat på bordet og gjorde menneskene i stand til å forsvare seg mot rovdyr og fiender. I dag er bueskyting i hovedsak en konkurransedrett og/eller en hobby. Aktiviteten foregår på en utendørs treningsbane. Heldagsaktivitet. Egenandel kr. 150,-



HEST: På Grorud gård blir det riding og stell av hest. Opplegget passer for deg som er glad i hest, fra nybegynner til øvet. Ta



med rideklær hvis du har, eller klær som er gode å bevege seg i. Heldagsaktivitet. Egenandel kr. 300,-

SURF CITY AKTIVITETSPARK: Aktivitetsparken ligger i en dam midt i Tønsberg by, der du kan stå på wakeboard, wakeskate, vannski, stand up paddle board og mye mer. Se mer på: <https://surfcity.no/> I dammen er det en elektrodreven kabelbane som drar deg opp i fart. Husk badetøy og håndkle. Aktiviteten varer i tre timer. Egenandel kr. 250,-



HØYT UNDER TAKET KLATRESENTER, 2 timer: Innendørs klatrepark med klatrevegger, piratvegg, styrkerom, tauklatring og mye mer. Se mer på: <https://hoytundertaket.no/tonsberg> Den første timen vil det være instruksjon fra en av våre instruktører. Her vil vi gi dere en innføring i grunnleggende klatreteknikk og gi dere noen tips og triks på veien for å gi dere en god opplevelse i klatrevæggen. Den siste timen vil det bli lagt opp til friklatring.

Allt av utstyr er inkludert og dere vil få tilgang til hele senteret! Møt opp med klær som er gode å bevege seg i. Aktiviteten varer i to timer. Egenandel kr. 100,-

GRAVITY SPORTS TRAMPOLINEPARK, 2 timer:

Gravity Sports har Norges beste innendørshaller for «Free movement Sports», og tilbyr bevegelsesglede og utfordringer på alle mestringsnivå. Du kan trene på nye triks på trampolinene og tumblerne, konkurrere på Battlebeam, spille med venner på kanonballbanen, utfordre deg selv på supertrampoliner, balansere på slakk line og mye, mye annet. Du kan også trene deg opp i ulike øvelser på trampolinene, gjøre morsomme stunts ut i skumgropene, trene balanse, styrke og koordinasjon, trene på Freerunning, Parkour eller Tricking. Møt opp med klær som er gode å bevege seg i. Aktiviteten varer i to timer. Egenandel kr. 100,- (inkl. antisklisokker).



PÅMELDING TIL FYLKESLEIR 22. juni – 26. juni 2022
www.4h.no i medlemsregisteret.

Påmeldingen åpner 3. mai. PÅMELDING ER BINDEnde!!

Leirkontingent: kr 1250 pr. del taker. Faktura sendes til mailadressen som er registret på medlemmet i medlemsregisteret.

Om du ønsker å kjøpe leir t-skjorte så krysser du av for det og str ved påmelding.

Kostnader for leir- T-skjorte og aktiviteter med egenandel kommer også på samme faktura som leiravgiften.

Påmeldingsfrist: 1. juni 2022

Ved påmelding etter 1. juni økes leiravgiften til kr 1450

TA MED PÅ LEIR:

Telt, sovepose, liggeunderlag, solid fottøy, regntøy, badetøy, håndkle, varme klær, toalettsaker, gode tursko (alle skal på tur) og vikingkostyme.

Er dere med på aktiviteter som krever at dere har med eget utstyr, pakk det og.

VIKTIGSTE LEIRREGLER:

- * Alle har ansvar for at alle har det bra på leir.
- * Gjør deg kjent med programmet og følg det.
- * Forlat ikke leiområdet uten tillatelse fra egen leder og melding til LEIRLEDELSE.
- * Åpen ild / propan er forbudt
- * Røyking er forbudt i teltleiren
- * Ikke gå på dyrka mark, utenom i teltområdet.
- * Alle former for rusmidler er strengt forbudt.
- * Grove brudd på reglene medfører hjemsending på egen regning.

VOKSENLEDERE:

Det skal hele tiden være voksenledere på plass i leiren. Hver klubb stiller med minst 1 voksenledere per 10 deltagere.

MAT:

Alle måltider er inkludert i prisen.

KIOSK OG LOMMEPENGER:

Ta med lomme penger til kiosk / Miljøtorget. Kioskene er åpen flere ganger i løpet av dagen.

TOALETTER OG DUSJ:

Det er toaletter og dusjer inne på Dalheim. I tillegg er det noen festivaldoer

BADING:

Det er ingen badevann på gåavstand fra leiområde. Men det er lagt opp til badetur Fredag ettermiddag

ÅPEN LEIR:

Det er åpen leir, søndag 26. juni fra kl 11.00, da er foresatte og andre velkomne til å komme å se hvordan det er på leir

Har dere spørsmål om leiren kontakt:

4H Vestfold anita.nilsen@4h.no eller ring på tlf 934 23 192

VELKOMMEN