

# Taekwon-Do Sommerleir Ungdom



**Fra søndag 3. august til torsdag 7. august 2025.**



## Sommerleir 2025 Ungdom Quality Hotel & Resort

Region Øst har den glede av å invitere til NTN sommerleir ved Quality Hotel & Resort Skjærgården i Langesund.

**Fra søndag 3. august til torsdag 7. august 2025.**

**Meld deg på raskt. For mer informasjon logg inn på:**

[www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no)



## TRENINGSOPPLEGG

Det vil være to treningsøkter daglig, med unntak av søndag med en og torsdag med en + gradering for de som skal det. Treningen er morsom og variert. Om kvelden blir det arrangert noen aktiviteter for å sikre et godt sosialt miljø. Det er populært å bo på hotell en uke. Hotellet har en egen badepark med sklie og flere bassenger. Dersom man har en eller flere venner som man vil bo sammen med kan det spesifiseres som et ønske når man bestiller hotellrom. Vi gjør vårt beste for å tilfredsstille alle ønsker, men kan ikke gi en garanti for at alle ønsker blir oppfylt.

## OPPMØTE

Oppmøte for alle ungdommer er søndag 3. august kl.15.00 i Skjærgårdshallen for registrering, bli kjent og trening.

## SLUTT

Leiren avsluttes torsdag 7. august med gradering fra kl.13.00. Hjemreise senest ca kl.1600.

## ANSVAR PÅMELDING

Andrea Bjarvin, 4.Dan  
e-post: [tkd.leir@gmail.com](mailto:tkd.leir@gmail.com)

## SENIOR INSTRUKTØRER

Grand Master Per Christian Garnæs, 9.Dan  
Tlf: 90 14 01 83, e-post: [masterpcg@mac.com](mailto:masterpcg@mac.com)

Master Hallgeir Betele, 8.Dan  
Tlf: 90 13 50 80, e-post: [hbetele@gmail.com](mailto:hbetele@gmail.com)

## HVEM KAN DELTA?

Deltagere må være fra 12 og til og med 16 år gamle og går på ungdomsskole. Alle beltegrader kan delta så sant en er medlem i en [NTN klubb](#). Merk at dersom du er rundt 12 år kan du velge om du vil være med på barn- eller ungdomsleir, da dette er avhengig av venner og andre forhold.

## HVOR?

Hotellet ligger 2 timer fra Oslo og 2 timer fra Kristiansand- følg E18. Tog: nærmeste jernbane er i Porsgrunn (20 min. med taxi). Fly: nærmeste flyplass er Torp Sandefjord og Geiteryggen i Skien. Adressen til hotellet er: Stathelleveien 35, 3970 Langesund.

## HOTELLET

Quality Hotel & Resort Skjærgården ønsker deg velkommen til et 4000 kvm tropisk miljøbad (inne og utendørs badepark) og flott beliggenhet ved sjøkanten. Bade-parken inneholder badstuer, dampbadstue, vannsklie, solarium, boblebad, basseng inne og ute og en stor solterrasse.

## BADEANLEGGET

Anlegget betjenes av hotellets badevakter. Vi gjør oppmerksom på at bading i badeparken forgår på eget ansvar og vi må ha beskjed dersom du ikke skal bade.

## TRENINGSHALLEN

Skjærgårdshallen ligger rett ved siden av hotellet. Hallen er unik i sin helhet og inneholder en stor innen- dørs fotballbane og en håndballbane. Puls Skjærgårdshallen, har aktiviteter som fysioterapi, aromaterapi, badminton, spinning&step og aerobic. Her er det mange muligheter for foreldre som vil trene.

## GRADERING OG SALGSBOD

Gradering er for de som har hatt så stor fremgang under leiren at instruktøren anbefaler dem om å gå opp. Graderingsavgiften på kr.361.- (inkl. gebyr) ikke inkl. i prisen på leiren og bør betales ved ankomst for de som planlegger å gradere seg. Det vil også bli salg av Taekwon-Do bøker, drakter, belter, bager og t-skjorter på lørdag ved ankomst og videre utover uken. Det er avsluttende salg på torsdag under graderingen. Vi har VIPPS betalingsløsning. (Gebyr kan tilkomme).

## SIKKERHET

Ungdommene blir delt inn i grupper som har en egen instruktør. Denne instruktøren har ansvaret for gruppen hele uken. Gruppeansvarlig instruktør sørger for vekking om morgenen, felles bespisning, felles avgang til treninger og utflukter, og legging. Gruppeansvarlig instruktør vil bo i nærheten av sin gruppe. De som eventuelt skulle ha en skade eller sykdom plikter å informere leirledelsen om dette. Både vi og hotellet vil gjøre vårt ytterste for at leiren gjennomføres så trygt som mulig. Ved evt skade er det forsikringen og betingelsene til Norges Kampsportforbund som gjelder. Det oppfordres også til å ha en gyldig reiseforsikring.

## PÅMELDING OG PRISER

**NB!** Du må legge inn alle nødvendige opplysninger på nettsiden [www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no) ( [Checkin.no](http://Checkin.no) ) og i tillegg (samtidig) betale som spesifisert nedenfor. Dersom det er fullt vil det bli publisert på nettsiden. Påmeldingen er kun gyldig i det betalingen av leiren er registrert. De som ikke får plass og har betalt vil få innbetalt beløp tilbakebetalt.

### Alternativ A

Trening, overnatting fra søndag til torsdag med full pensjon fra 3. august, inkludert 3-4 personer på rommet, samt fri tilgang til badepark. Prisen er kr 6600,- per person. Full pensjon inkluderer frokost, lunsj og middag. På ankomstdagen den 3. august serveres det middag. Vi legger vekt på at maten tilpasses ungdom. Dobbelrom koster kr 7100,- per person.

**NB!** Ved bestilling av dobbelrom må det spesifiseres hvem du ønsker å bo på rom sammen med. *Husk at fullt navn på de du ønsker og dele rom med **MÅ** oppgis.*

### Alternativ B

Kun trening. Pris kr. 3500,- pr.person inklusiv lunch på hotellet og fri tilgang til badeparken mellom dagens treningsøkter. Oppmøte alt. B, Skjærgårdshallen kl.15.00 3. august for registrering, bli kjent og trening.

**NB!** Grilling på onsdag må betales ved ankomst kr. 300.-

### Alternativ C

Ikke trening (foreldre/foresatte/søsken). Dobbelrom: kr 5750,- per person. Enkelrom: kr. 6600,- per person. Prisene gjelder fra 3. august til 7. august, og inkluderer overnatting, frokost og badepark.

En må være oppmerksom på at dette er en leir på et hotell og tilbudet er tilrettelagt som en leir standard. lunsj og middag +kr.1200.- må bestilles som tilleggsvalg i Check-in.

### Avbestilling

Ved avbestilling før 1. juni trekkes det kr 750,- av innbetalt beløp. Etter 1. juni har du ikke krav på refusjon.

### Avlysning

Om leiren må avlyses eks grunnet eks pandemi, refunderes **hele** innbetalt beløp minus transaksjons gebyr på kr. 200.-

Påmeldingen er gyldig når deltageren er registrert på [checkin.no](http://checkin.no) og påmelding er betalt. Betalingsalternativene kommer opp når dere melder på. Giro på mail eller bankkort/visa betaling på bank. Betalingsgebyr kort/visa betaling kr. 100.-

### Foto og film:

Vi opplyser om at det kan bli tatt bilder og film fra arrangementet med deltakere og trenere som kan bli publisert i redaksjonell sammenheng på : [www.tkdsommerleir.no](http://www.tkdsommerleir.no) / [www.ntkd.no](http://www.ntkd.no)

