

## Kære Seniorvæbnere/Senior og Forældre

I inviteres hermed til årets sommerlejr i Sverige, hvor vi skal opleve, hvordan det er at bevæge sig rundt i fjeld, samt føle hvordan det er at være ude at vandre. I år tager vi på en 5-dages vandretur på Söderåsen i Sverige. Vi kommer til at sove udendørs i telte og sheltere hver nat og laver al mad over bål eller stormkøkken. Undervejs skal vi bl.a. køre dræsinøkørsel på gammel nedlagt jernbane og lave rappelling. Vi går hver dag samlet med rygsæk til ny overnatningsplads – og har diverse aktiviteter undervejs. Vi sørger for undervejs at afpasse gå-afstandene så det er sjovt for alle.

### Tid og sted:

Vi starter årets sommerlejr på Hvidovre st. **onsdag d. 10/7-2019 kl. 9:45** og slutter samme sted **søndag d. 14/7-2019 kl. 15:00**. Vi kommer i løbet af turen til at befinde os på Söderåsen i Sverige, som ligger på højde med Helsingør – men ca. 20 km inde i Sverige. Åsen er gammelt grundfjeld (ca. 30x15 km<sup>2</sup>), som hæver sig over resten af Skåne – og giver et fjeld-lignende terræn at vandre i med mange klipper og skov. Derfor er solidt fodtøj (såsom vandresko/-støvler) rigtigt vigtigt til turen (gummisko duer ikke).

### Tilmelding:

Prisen for dette års sommerlejr for senior og seniorvæbner er 650 kr,-  
Du kan tilmelde dig her: <http://www.fdfhvidovre.nemtilmeld.dk/>

**Tilmeldingsfristen er d. 5/6-2019**

### Praktisk:

Vi har også en bil med på hele turen, som kører noget af fællesgrejet mellem overnatningspladserne. Ledere under turen er Casper, Christina og Martin. Hvis der er nogle bekymringer eller viden vi bør have forud for turen – bedes forældre ringe til Martin i god tid. Der er i øvrigt ikke nødvendigvis mobiltelefondekning overalt på åsen – og der er ikke opladningsmulighed undervejs – så lad gerne mobilen blive hjemme. Lompepenge kan kun bruges til/fra åsen – medbring max 100 kr. Ønsker man at komme i kontakt med os under turen bedes i ringe til Martin først på 30752207 og derefter til Casper på 22863869.

**Husk det er vigtigt at alle skal medbringe gyldigt pas for at kunne komme ind i Sverige. Check med det samme passets gyldighedsdato ... for det kan godt tage noget tid at få lavet et nyt på kommunekontoret før turen.**

Med venlig hilsen

Casper, Christina og Martin



## Medbring til senior-/seniorvæbnersommerlejren:

### Vigtigt:

- Gyldigt pas for at kunne komme ind i Sverige
- Det gule sygesikringskort.
- Rygsæk med hoftebærebælte til alt nedenstående.
- Vandtæt regntøj – både jakke og bukser.
- Gode vandrestøvler/sko med kraftig sål, som er gåede til.
- Trillefløjte (sikkerhedsudstyr)

### Beklædning:

- Undertøj + sokker til mindst hver dag
- 1 ekstra sæt skiftetøj
- 1 varm fleece eller sweater til aftener
- Vindtæt anorak/kaljakke/jakke til vandring
- Skiftesko (ok med gummisko, som må blive våde)

### Andet:

- Mug/kop - monteret på/i rygsækken til nemt at finde frem
- Flad + dyb tallerken i plast/spisesæt
- Ske/kniv/gaffel
- Solcreme
- Evt. Myggespray og/eller myggenet
- Sovepose
- Evt. Lagenpose til indvendigt i soveposen
- Liggeunderlag
- Pandelampe/lommelygte
- Ekstra batterier til lampe/lygte
- Tandbørste + pasta
- Badetøj
- Lille håndklæde
- Madpakke + drikke – til turen derop
- 0,5 liters vanddunk med navn på (bare en brugt vand/sodavandsflaske)
- Evt. Personlig medicin
- Evt. Kasket/solbriller
- Evt. Buf (halsklud)
- Evt. Læbepomade med solfaktor

