



Vi bjuder in till Summercamp by the lake i Husqvarna Garden

29/6 - 3/7 2026

Vi välkomnar åkare från alla klubbar och olika nivåer även Adult. På vårt läger samarbetar alla tränare så du kommer möta alla tränare fast fördelat på olika pass. En bra möjlighet att få tips och inspiration från olika tränare.

Du bjuds in till 3 ispass och ett fys pass/ dag !

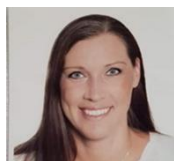
Tränare:

Mélanie Joseph

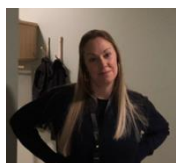


Mélanie kommer från Grenoble i Frankrike där hon tränade som barn och även började jobba med yngre barn redan som 16 åring. Vid 25 års ålder va hon klar med sin franska tränarutbildning och började då jobba som heltidsanställd tränare i Dijon. 2016 fick hon sitt första jobberbjudande i Sverige och arbetar nu som tränare i skateand dance academy sedan 2018. Hon är tränare för åkare på nationell elitnivå och har följt sina åkare på internationella tävlingar så som junior VM och senior VM

Sandra Bjelke Wärnbring



Huvudtränare för Rosenlunds konståkningsförening sedan 2013. Va med och startade upp Rosenlunds kf 2013 och har sedan dess jobbat för att utveckla föreningen. Utbildad steg 4A och B inom Svenska konståkningsförbundets utbildningar. Ansvarar för NIU konståkning på Sandagymnasiet och jobbar med frågor för att utveckla den verksamheten med hjälp av förbundet.



Erika Svahn

Jobbar i Rosenlunds konståkningsförening och har tidigare jobbat som huvudtränare i Växjö konståkningsklubb 2005-2025. Tränarutbildning steg 4A och B , och har även teknisk specialistutbildning med nationell mästerskapslicens. På lägret kan du få hjälp med att stämma av levels i piruetter och stegsekvenser.



Kevin Jasko

Steg 3 utbildad tränare samt tagit tränarexamen från Bosöns idrottsfolkhögskola med inriktning mot elitidrott. Arbetar som tränare i Skating & Dance Academy. Arbetar med åkare från skridskoskola till elit och är specialiserad på hoppseleteknik. Till vardags studerar han till gymnasielärare.

Läger avgifter

Kostnad för lägret är 3500 kronor (kostnaden består av anmälningsavgift 500 kr + lägeravgift 3000 kr.) Lunch, middag och två mellanmål ingår. Ingen logi.

Kostnad för lägret om du väljer till logi är 4300 kronor (kostnaden består av anmälningsavgift 500 kr + lägeravgift 3000 kr + logi 800 kr) Frukost, lunch, middag, mellanmål och kvällsmat ingår samt boende i skolsal.

Obs! Vid avanmälan betalas ej anmälningsavgiften tillbaka, träningsavgiften återbetalas vid sjukdom eller skada mot uppvisande av läkarintyg.

Boende

Vi erbjuder möjlighet att övernatta i Prolympia skolans lokaler, mot en extra kostnad på 800 kronor. Prolympia ligger med 1 km avstånd (ca 12 minuters gångavstånd från ishallen vilket innebär att **du som vill ha logi måste klara av att ta dig till och från ishall själv utmed trafikerad väg.** För att övernatta/ bo på skolan vill vi att du ska ha fyllt 9 år men för alla (oavsett ålder) gäller att du måste klara att sova själv utan sällskap av annan vuxen, sköta din hygien själv, klara att bo tillsammans med andra deltagare och passa tider. Visa respekt för andra och mot lägerföräldrar. Vi vill att alla ska ha det trevligt hos oss.

Medtag egen madrass, täcke, kudde och sängkläder. Deltagare eller förälder städar och iordningställer rummet till ursprungligt skick innan hemgång.

Vi har ingen möjlighet att erbjuda andra än deltagare, tränare och lägerföräldrar plats att bo på skolan.

Inskrivning för övernattande deltagare sker söndag 28/6 kl. 18.00. (Kommer man på måndagen den 29/6 skriver man in sig i Hälsohörnan innan ispasset börjar.)

Deltagare placeras i olika rum, utifrån klubb och träningsgruppgrupp.

Tänk på att den 28/6 serveras ingen middag, enbart lättare kvällsmat.

Informationsmöte vid uppstart

Söndagen den 28 juni kommer vi ha ett uppstartsmöte för samtliga deltagare kl 18:00. Här kommer du få viktig information vad som gäller för dig som åkare under lägerveckan.

Aktuella lokaler/ utrymmen under lägret

All isträning sker i hall C.

Fysträning i Kraftmark arena.

Ingen tillåtelse att vara i A hallen förutom då vi går upp och äter lunch och middag i restaurang Cezar, därefter lämnar vi A hall.

All uppvärmning sker i korridor utanför omklädningsrummen.

Omklädningsrum ska låsas då ingen befinner sig i dem för att undvika stölder.

Hälsohörnan är trevligt om man hänger i, visa dock hänsyn till de som behöver en sittplats för att äta. I Hälsohörnan kommer det även att finnas lite material att sysselsätta sig med under lägret.

Dusch finns i ishallens omklädningsrum (finns ej att tillgå på lägergården)

Mat

Lunch och middag serveras i restaurang Cezar som ligger i byggnaden bredvid ishallen (A hall)
Mellanmål intas i Hälsohörnan som ligger en trappa upp i ishallen. Frukost och kvällsmat kommer att serveras på skolan. Specialkost/allergier anmäls på anmälan och det är viktigt att den är korrekt ifylld.

Sjukdom/medicinering

Anmälda deltagare har eget ansvar för att sköta egen medicinering. Lägerföräldrar ansvarar ej för vårdbehov som är kända sedan tidigare och kommer ej att hantera sådan medicinering.
Barn/ungdomar som är i behov av hjälp är det viktigt att det finns med en förälder/vårdnadshavare som kan stötta såväl dag som natt. Om sjukdom/skada uppstår på deltagare och denna/denne ej komma kunna fortsätta sitt deltagande på lägret förväntas vårdnadshavare att hämta hem sitt barn.

Regler

Vi vill att alla på lägret ska vara snälla mot varandra och hjälpas åt så att alla får ett roligt läger! Vi ska värna om varandra och ha det kul!

Nolltolerans mot all form av mobbning, trakasserier, hot, våld och övergrepp.

All form av droganvändning är otillåten.

Viktigt att passa tider!

Vi tar inte bilder/delar inte bilder/filmer på varandra där den /de som syns ej har godkänt det själv.

Vi hjälps åt att hålla ordning runt omkring oss och är rädda om saker samt miljön vi vistas i.

Bidra till att det ska vara tyst och lugnt på lägergården efter 21.00 om du har logi.

Gå och lägga sig och se till att det är tyst i sovsalarna efter överenskommelser med lägerföräldrar, beroende på hur ditt schema ser ut ((kl.21.00-23.00) För att orka är sömnen jätteviktig!!! Visa hänsyn mot varandra då vårt sömnbehov ser olika ut.

Du måste alltid meddela till en lägerförälder vart du tar vägen om du avviker från lägergård eller ishall. Det är för din säkerhet!

Åtföljs ej regler kommer vi prata med anmäld deltagare och dennes anhöriga och i värsta fall kan du bli hemskickad utan återbetalning.

Vistelse utanför lägergård och ishall

Då du känner ditt barn bäst och vet vad ert barn är moget för vill vi ha vårdnadshavares godkännande för om anmäld deltagare får lov att gå ifrån ishall och lägergård. Det fylls i det tillhörande frågeformuläret som skickas ut i samband med bekräftelse av deltagande på lägret .

Har förälder/ målsman godkänt i formuläret att deltagare får lämna ishall eller lägergård kommer deltagaren behöva fylla i sitt namn, vart den går, när den tänker kommer tillbaka och mobilnummer så vi kan nå denna/denne. När du kommer tillbaka så kryssar medhjälpare/lägerföräldrar över/i så vi ser att du kommit tillbaka. In och utcheckningsblock kommer finnas både i Hälsohörnan och i övernattningslokal/lägergård.

Om man vill gå iväg till bad så gäller att vårdnadshavare godkänt att du lämnar ishall och lägergård i formuläret och dessutom ska man vara simkunnig dvs kunna simma 200 m. Du måste alltid ha sällskap av minst 2 kompisar samt ha fyllt 12 år.

Alla som har logi ska vara på plats i lägergård kl.21.00.

Vill du åka/gå iväg till stan gäller minst 10 år och att du enligt formuläret får lov att lämna ishall/lägergård. Deltagare ska ha sällskap av minst 2 kompisar som också har lov att lämna.

Du säger alltid till lägerföräldrar/medhjälpare i Hälsohörnan både i ishall och lägergård då du lämnar.

Anmälan

Din anmälan är bindande och ska vara gjord senast 29 mars 2026.

Anmälningslänk: <https://forms.gle/3REdQSLowH344Ji7>

Om lägret blir fullt prioriteras deltagare från Rosenlunds konståkningsförening och Skating and Dance Academy.

Vi har begränsat antal platser!

När deltagare anmält sig kommer tränare placera ut åkare i lämpliga grupper utifrån kunskapsnivå och ålder så att alla åkare får den bästa träningen efter sin nivå. Fördelningen av grupper kommer göras utifrån underlaget som kommer in i anmälningarna

Betalning

Information angående hur betalning ska ske får du med bekräftelsebrevet du får av oss.

Bekräftelsebrev kommer efter anmälningstiden gått ut. Din betalning skall finnas registrerad hos oss innan lägrets start, sista betalningsdag får du i bekräftelsebrevet.

Återbetalning

Anmälningsavgiften/lägeravgiften återbetalas vid uppvisande av läkarintyg.

Om lägret avbryts p g a Force Majeure (långvarigt strömavbrott, kylmaskinshaveri, brand eller annan omständighet) återbetalas endast lägeravgiften motsvarande den tid som deltagaren inte har utnyttjat.

Bokning av eget boende innan bekräftelse om lägerdeltagande görs på egen risk.

Lägerförälder

Du som jobbar under veckan ska enligt lag uppvisa ett utdrag från belastningsregistret. Det finns att hitta på polisens hemsida. Detta måste uppvisas för att du ska godkännas som lägerförälder. Lägerförälder är du som kommer att jobba söndag eftermiddag 28/6 och hela vecka 27 måndag till fredag.

Vi vill även att du ska vara med på möte på söndag kväll (28/6) gällande säkerhet och att några av lägerföräldrarna ska kunna påbörja sitt jobbpas så det finns lägerföräldrar över natten till måndagen. Därefter kommer arbetet bestå av att vara "förälder" till alla barn, i situationer där du som bäst behövs såsom ex. aktiviteter, mat men framförallt är du en trygghet både natt och dag.

Du anmäler ditt intresse på anmälan. Reducerat pris ges för ett barn / familj då samma deltagares vårdnadshavare hjälper till 28/6-3/7. Avdrag ges på 1300 kronor på lägeravgiften.

Du som är lägerförälder ska finnas tillgänglig på boendet då du har natt och erbjuds bo där hela lägerveckan om du vill. Maten står vi för. Du måste däremot ta med eget sov underlag/täcke/kudde och sängkläder.

Vi för många anmälda lägerföräldrar kommer lägergruppen att tilldela så många som behövs för veckan. Du som förälder kommer få besked om du tilldelas lägerförälderarbete i välkomstbrevet.

Medhjälpare

Det kommer även finnas föräldrar som stärker upp bemanningen med enstaka pass. Dessa har inget reducerat pris på avgiften.

Övrigt

För att delta behöver du kunna knyta dina skridskor själv, annars måste du ha någon som hjälper dig med. Du behöver också kunna hantera din hygien själv.

Är det något vi behöver veta anmäl in det under övrigt.

Tänk på att skridskorna bör vara ganska nyslipade. Ta med extra skridskosnöre om de andra går sönder.

Vi rekommenderar er att ni ser över ert/ era barns försäkringsskydd om olyckan skulle vara framme då vi ej tar ansvar för det inträffade. Tävlingsåkare har en olycksfallsförsäkring genom Svenska Konståkningsförbundet.

Inga nötter eller produkter som innehåller nötter får finnas i ishall eller lägergård.

Lämna värdesaker hemma då vi ej tar ansvar för det.

Vid brand i ishall samlas vi utanför ingången till hall C för avprickning.

Force Majeure

Om fullgörandet av föreningens åtagande/prestation/arrangemang förhindras eller väsentligt försvåras av omständigheter som föreningen rimligen inte kan råda över, såsom myndighetsbestämmelser, myndighetsbeslut eller andra oförutsedda händelser utanför föreningens kontroll skall föreningen, Rosenlunds konståkningsförening vara befriad från att fullgöra åtagandet/prestationen/arrangemanget.

Välkomna till oss

Vi hoppas på fem fina dagar tillsammans med mycket skratt, ny inspiration och fin utveckling!

Är det något ni undrar över så kontakta oss gärna över mail

lager.rkf@gmail.com eller tranarna.rkf@gmail.com

Tips på saker att packa

Näsdukar

Extra skridskosnören

Necessär med hygienartiklar

Handduk

Badlakan

Sängkläder

Täcke och kudde

Madrass/ liggunderlag att sova på

Massagerulle

Skoskavsplåster och vanliga plåster

Kläder för fys

Strumpor för is pass/ fys

Strumpor

Skor att värma upp i /fys pass (inneskor
behöver vara rena)

kläder för is pass

Vattenflaska gärna namnad

Gosedjur

Pyjamas

"Myskläder"

Medicin

Regnkläder/paraply

Underkläder

Mobil och laddsladd

Något kul att sysselsätta sig med t.ex. en bok
eller spel

Ev. tofflor att ha i lägergård

Skridskoväska med skridskor och skydd