



ROPE SKIPPING KAMP

21/8 - 26/8/2022 @ Tessenderlo

Tof dat je meegaat op fietska- euh... ik bedoel ropeskippingkamp!

We verblijven dit jaar in landhuis 't Heuvelken in Tessenderlo, een recent gerenoveerd huis met slaapplek voor 52 personen. Het huis is een beetje compact voor onze grote groep (dit jaar zijn we met 36 deelnemers + kookploeg), maar het is heel gezellig.

Smeer je benen al maar in! Het gebouw is gelegen in 'the middle of nowhere'. Onze fiets hebben we zeker nodig om op andere plaatsen te geraken.

De eerste keer helemaal in zelfkook, hoe spannend! Karen en Lore gaan het hele kamp mee en zorgen samen met de kookouders voor alle maaltijden.

Lees dit boekje erg grondig. Er staan al hints verstopt naar het kamphema en naar enkele activiteiten.

Jana, Luna, Maite, Karen



HEMA fketel!

Wist jij al dat onze vereniging
een  beetje commissie krijgt
telkens jij online shopt?

Of je nu een reisje wil [Booking.com](https://www.booking.com) naar
een , een  petje voor op je [bol.com](https://www.bol.com),
een [fonQ](https://www.fonq.nl) nieuwe tent om mee op 
te gaan, of iets anders van de meer dan
1.000 shops die bij **TROOPER** zijn aangesloten.

Eerst op trooper.be/ovrs
klikken, zo kan jij on  eurs aandikken!
Het kost je  ske extra.

Zoen van je aller  te kapoen!



DECATHLON

FARMALINE

e5

La Redoute

KREFEL

BookSpot.be
boeken voor bij ons

jbc

En meer dan 1.000 andere shops!

Vertrek en aankomst

Vertrek op zondag 21/08/2022 in Vorselaar

Fiets: Skippers die mee met de fiets naar het kamp rijden, verwachten we met FIETS én KOFFER om **8u30 op de parking aan de sporthal De Dreef in Vorselaar**. Daar worden de koffers opgehaald door de mama van Yelena met een voertuig van Luxauto. Om 9u vertrekken we met de fiets richting Tessenderlo. De route is 34 km.

Auto: Skippers die zelf met de auto naar 't Heuvelken rijden worden daar verwacht **om 12u30**. Je **fiets kan je om 8u30 meegeven** met Luxauto **op de parking aan de sporthal De Dreef in Vorselaar**.

Vertrek op vrijdag 26/08/2022 in Tessenderlo

Fiets: De fietsgroep zal om 14u30 vertrekken richting de sporthal in Vorselaar. We houden jullie via onze Facebookpagina en via mail op de hoogte wanneer we aan de sporthal aankomen.

Auto: Skippers die niet mee fietsen worden in Tessenderlo opgehaald om 14u.

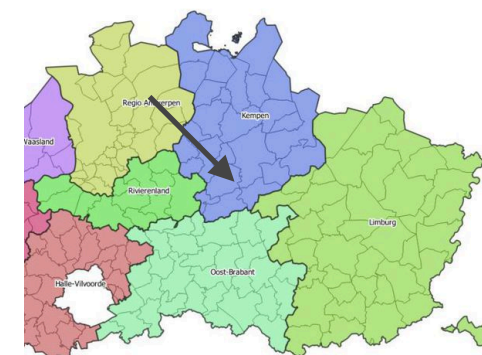


Omnisport Vorselaar Rope Skipping

Lukt het niet om vervoer te vinden? Geef ons dan zeker een seintje!

Adres landhuis 't Heuvelken

Heuvelken 15
3980 Tessenderlo



SOS bandje

Intussen is het bandje eerder een leuk gadget geworden. We hebben ze gelukkig nog nooit nodig gehad *hout vasthouden*. De GSM-nummers van Karen en Jana staan erop. Moest je verloren lopen kan je iemand één van de nummers laten opbellen.

Fiets

Haal je fiets maar van stal. Die hebben we nodig om naar de sporthal en naar activiteiten te fietsen. De sporthal ligt op 8 km van onze verblijfplaats. We trainen er van maandag tot en met donderdag telkens van 10u-12u. Moesten de kleinste dropjes onder ons niet zo ver kunnen fietsen, hebben we ook nog een aantal plaatsen in de auto ter beschikking.

Het is van essentieel belang dat je fiets in orde is.

Checklist voor je fiets

- ☐ O werkend voorlicht + achterlicht
- ☐ O werkende bel
- ☐ O gesmeerde ketting
- ☐ O goede remmen



Identiteitskaart, medicatie, attest ziekenfonds

Bij aankomst op de kamplocatie bezorg je ons:

- Je identiteitskaart
- Klevertje van je ziekenfonds
- Je fietssleutel
- Je medicatie. Als je graag hebt dat we je kind helpen bij het geven van medicatie, stuur dan op voorhand een mailtje met de nodige info of geef een briefje mee met de medicatie.
- Eventueel een tegemoetkomingsaanvraag van je ziekenfonds. Dit krijg je op het einde van het kamp terug ingevuld mee naar huis.



Website

Alle info over het kamp vind je ook terug op onze website: www.ovrs.be/kamp

Foto's

Via www.omnisportvorselaar.smugmug.com kan je dagelijks foto's en een verslagje vinden van onze activiteiten op kamp. Het wachtwoord van de website vind je terug in het papieren kampboekje

Spotify

Wil je op kamp ook naar je favoriete muziek luisteren? Voeg dan je liedjes toe aan onze playlist op spotify: 'Omnisport Vorselaar 't Heuvelken 2022'

Coronamaatregelen

Er zijn momenteel geen maatregelen meer van kracht. Leg je een positieve test af? Dan blijf je thuis.

Bonte avond

De laatste avond staat er een bonte avond gepland. Denk alvast maar eens na over een leuke act.

Afspraken

- Doe steeds schoenen of sloefen aan, niet op blote voeten of sokken rondlopen.
- Op de fiets doe je steeds een fluohesje aan.
- Was je handen voor elke maaltijd.
- Houd altijd je SOS bandje aan.
- Op het einde van het verzamelied ben je op de afgesproken plaats.
- Je smartphone mag je meenemen op kamp. Overdag wordt die door de leiding bijgehouden.
- 's Morgens blijf je in je bed liggen tot wij je komen wakker maken.
- Na 22u moet er buiten rekening gehouden met het lawaai voor de burens.

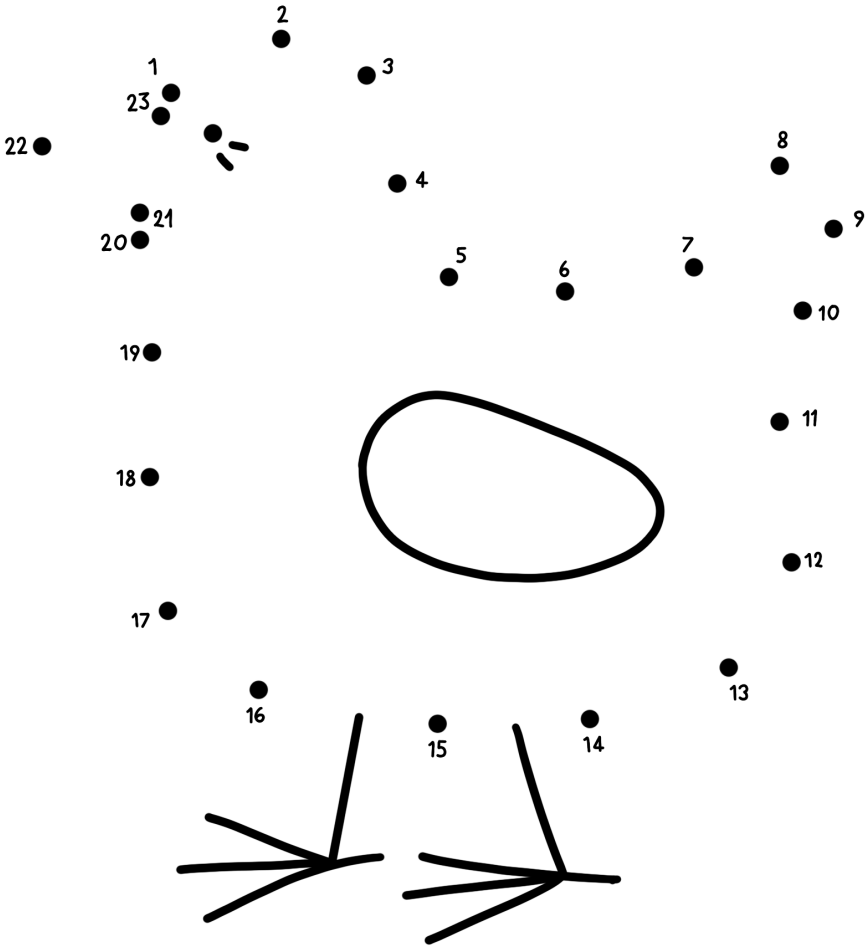


Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

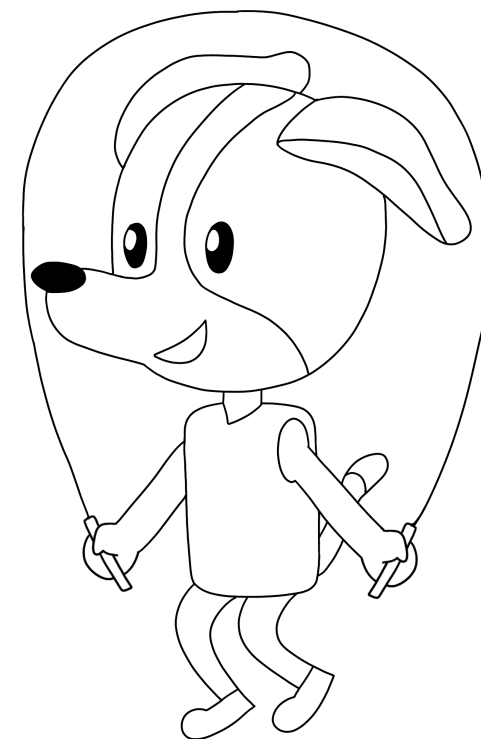
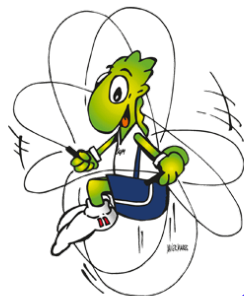
B	A	N	G	S	T	H	A	A	S	B	E
K	A	T	H	O	L	I	E	K	O	E	S
G	U	L	V	S	N	E	G	E	I	L	V
G	R	A	F	V	I	N	K	E	N	T	L
N	E	E	R	O	D	E	H	O	N	D	I
A	T	N	Z	O	N	D	E	B	O	K	N
L	S	B	O	W	E	S	U	M	U	H	D
S	E	L	U	K	N	I	V	A	L	S	E
N	E	R	Z	E	B	R	A	P	A	D	R
I	M	P	E	C	H	V	O	G	E	L	D
U	T	E	N	T	H	A	R	I	N	G	A
T	V	A	R	K	E	N	S	H	A	A	S

- | | | | |
|------------|-----------|-------------|--------------|
| AFVINKEN | KATHOLIEK | SLAVINK | VLIEGENSVLUG |
| ANGSTHAAS | MEESTER | TENTHARING | VLINDERDAS |
| BOEKENWURM | PECHVOGEL | TUINSLANG | ZEBRAPAD |
| HUMUS | RODE HOND | VARKENSHAAS | ZONDEBOK |



Ken jij voor elke letter van het alfabet een ropeskippingoefening? Maak er een competitie van met je vrienden en vriendinnen. Wie kan het snelst het alfabet vol krijgen? We laten alvast de moeilijke letters weg.

A _____	M _____
B _____	N _____
C _____	O _____
D _____	P _____
E _____	R _____
F _____	S _____
G _____	T _____
H _____	U _____
I _____	V _____
J _____	W _____
K _____	Z _____
L _____	



Kampkaartje

We trekken op kamp een gekke groepsfoto. Die sturen we, samen met een persoonlijk tekstje, op naar wie je maar wilt. Je kan 1 kaartje versturen. Wil je meerdere kaartjes versturen met de groepsfoto? Breng dan €2 cash per kaartje mee en bezorg het ons bij aankomst. Schrijf thuis alle adressen al op een papiertje en stop het in je koffer. Heb je zelf nog een heleboel dingen te vertellen tegen mama, papa, broer, zus, ...? Breng zelf schrijfpapier, enveloppen en postzegels mee!

Postadres

Brieven en kaartjes kan je opsturen naar onderstaand adres.
Omnisport Vorselaar
t.a.v. naam skipper
Heuvelken 15
3980 Tessenderlo

Met wie lig ik op de kamer?

We hebben de kamers zo goed mogelijk ingedeeld naar jullie wensen. Je ligt sowieso bij andere skippers die je goed kent. Bij de activiteiten overdag worden willekeurige groepjes gemaakt zo kan je andere skippers ook wat beter leren kennen.



Wat gaan we allemaal doen op kamp?

Van maandag tot donderdag trainen we elke dag twee uur. De overige tijd wordt ingevuld met verschillende leuke activiteiten.

Hoeveel kost het kamp?

Het inschrijvingsgeld bedraagt dit jaar €200, hiervoor krijg je:

- o verblijf van 6 dagen/5 nachten
- o kamp-T-shirt
- o gebruik van de sporthal
- o verschillende activiteiten
- o eten en drinken
- o 1 kampkaartje met foto
- o toffe begeleiders en leden
- o een onvergetelijke ervaring

Contactgegevens

Heb je nog vragen, laat het ons weten! Hieronder vind je de contactgegevens terug.

Mail	info@omnisportvorselaar.org
Facebook	Omnisport Vorselaar Rope Skipping
Website	www.ovrs.be
Instagram	omnisportvorselaarropeskipping
Tel. Jana	0479 86 74 96
Tel. Karen	0477 80 60 63

Hier vind je een lijstje met dingen die je meeneemt op kamp. Neem zeker een rugzak mee met je sportgerief om mee naar de sporthal te nemen. **De dingen die vetgedrukt staan moeten zeker in je koffer!**
Die heb je nodig voor de activiteiten!!

In je koffer

- ☐ **dieren knuffel die stuk mag!!**
- ☐ **zaklamp!! (gewone zaklamp, niet die van je smartphone)**
- ☐ sloefen voor binnen
- ☐ hoeslaken, kussensloop, slaapzak/donsdeken
- ☐ persoonlijke medicatie
- ☐ toilet gerief
 - ☐ tandenborstel + tandpasta
 - ☐ kam
 - ☐ handdoeken + washandjes
 - ☐ zeep + shampoo
 - ☐ muggenmelk
- ☐ kledij naargelang het weer
 - ☐ t-shirts
 - ☐ broeken/shortjes
 - ☐ truien
 - ☐ ondergoed
 - ☐ sokken
 - ☐ regenjas
- ☐ kledij om te rope skippen
- ☐ **outfit die vuil mag worden!!**
- ☐ club-T-shirt
- ☐ zakdoek
- ☐ pyjama en knuffel
- ☐ zwemgerief + handdoek
- ☐ zonnecrème + pet + zonnebril
- ☐ zak voor vuile was
- ☐ gezelschapsspel
- ☐ adres van thuis



- ☐ mondmasker
- ☐ schrijfgierief, enveloppen met adres, postzegels, briefpapier
- ☐ chique outfit voor bonte avond
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

In je rugzak

- ☐ single rope touw, speedtouw, blokjestouw *
- ☐ sportschoenen voor binnen *
- ☐ gevulde drinkbus
- ☐ fluohesje met naam

Bezorg je ons bij aankomst:

- ☐ identiteitskaart
- ☐ klevertje ziekenfonds
- ☐ medicatie
- ☐ eventueel extra €2/kaartje (zie p. 11)

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

* Deze spullen heb je enkel nodig in de sporthal. Op zondag, tijdens de heenrit naar het kamp, kan je de spullen nog in je koffer stoppen.

