

padling



Padling er for mange funksjonshemmede en ny og annerledes måte å oppleve natur, mestring og nye sosiale arenaer. Tid og sted blir raskt glemt når du lydløst utforsker små viker mellom holmer og skjær.

9. til 12. august 2013 arrangerer Norges padleforbund og Oslofjordens Friluftsråd padlesamling for bevegelses- og synshemmede, barn og voksne. Målet er å inspirere flere bevegelses- og synshemmede til å padle ved opplevelsen av god aktivitet, sosialt felleskap og flotte naturopplevelser. Alle fra nybegynnere uten erfaring, til mer erfarne er velkomne. Det vil være mulig å ta vått-kort hvis man ønsker. Samlingen er gratis!

STED

Samlingen arrangeres i indre Oslofjord, med utgangspunkt i Båthuset som ligger helt nede ved sjøkanten på friområdet Skogsborg. Skogsborg ligger mellom Åros i Røyken og Sætre i Hurum.

KRAV TIL DELTAKELSE

Vi stiller ikke andre krav til deltakeren enn at de liker å ta nye utfordringer. Alle fra nybegynnere med ingen erfaring, til mer erfarne er velkommen. Deltakerne må være selvhjulpne i forhold til personlig hygiene. Eventuelt må man ha med seg egen hjelper til dette.

OVERNATTING

Båthuset har til sammen 10 enkle overnattingsplasser, fordelt i første og andre etasje. I servicebygget 100 meter unna er det dusjer og toalett. Man velger selv om man vil overnatte eller bare møte opp fra dag til dag.

TRANSPORT

De påmeldte er selv ansvarlig for å komme seg til Båthuset. Veibeskrivelse: Skogsborg er skiltet fra fylkesvei 11, mellom Åros i Røyken og Sætre i Hurum. Det er fellesparkering 100 meter fra båthuset. Det er også bussforbindelse fra Oslo og Drammen, med bussholdeplass bare 600 meter fra hytta. Bussrute nr. 251 og 253 fra Oslo, samt rute nr. 81 fra Drammen. Fra Oslo kan du ta tog mot Spikkestad, gå av på Røyken stasjon. Derfra kan du ta buss 81 mot Sætre og gå av på Beston.

PROGRAM

Fredag

Fra 19.00 Oppmøte og mingling med deltakere som ønsker overnatting. Enkel bespisning serveres under kvelden.

Lørdag

09.00 Frokost for deltakere som overnatter

10.00 Oppmøte

10.00 – 17.00 Padleaktivitet

18.00 Middag og hygge i Båthuset

19.00 Foredrag med Jon Øyvind Evje. Jon Øyvind har bare en arm, men padler og klatrer på høyt nivå.

Søndag

09.00 Frokost for deltakere som overnatter

10.00 – 14.00 Padleaktivitet



PÅMELDING

Påmelding må skje innen 22 juli. Det er begrenset antall med plasser. Påmeldingen sendes til annkatrin@padleforbundet.no. Send en e-post med info; navn og alder, kort beskrivelse av bevegelseshemming, eventuell padleerfaring, om du har eget utstyr eller om du ønsker å låne, og hvis du ønsker overnatting. Påmelding forutsetter at man deltar hele helgen – lørdag til søndag.