

## Skidåkning i Romme torsdag 7 mars

En heldag med skid- eller brädåkning i Romme alpin. Som en del av idrottsundervisningen kommer alla elever i åk 7 åka till Romme och åka alpinåkning. Tanken med detta är att vi dels ska få en trevlig upplevelse, dels att du som elev ska lära dig mer om friluftsliv och vistelse i vår vackra natur. Detta är en del av de mål som finns i ämnet idrott och hälsa där vi ska möta naturen under olika årstider. Självklart ska du också testa eller träna din förmåga att åka utför. Kanske är det första gången för dig, då kommer du få lära dig grunderna.

### Bokning

Vid bokning ingår lunchpaket. Välj mellan hamburgare, pasta med köttfärssås eller våfflor med sylt och grädde. Det finns både vegetariskt och veganskt alternativ. Lunchkupongen får du under busssturen. Under bussresan hem får du även ett matsäckspaket med smörgås och dryck. Du kan i din bokning välja mellan skidpaket och enskilda saker tex om du bara behöver hjälm. Vid bokning behöver du bland annat fylla i läng och vikt. Detta för att veta hur långa skidor du ska få samt hur dem ska ställa in bindningarna. Vikten behöver inte vara exakt utan på ett ungefär. **Alla behöver göra bokningen, alltså även om du ska ha med dig egen utrustning. Då trycker du på "jag behöver inte hyra utrustning".**

### Bokningen

Gå in på <https://bokning.rommealpin.se/group-booking/login>. Skriv in lösenord: N49Q och gör sedan din beställning. **Bokningen stänger den 26/2.**

OBS! Har du redan utrustning behöver du fortfarande gå in och göra din bokning.

### Info om dagen i Romme

- Samling skolans parkering 06.40. Bussen avgår 7.00
- Vi åker från Romme 16.15, hemma cirka 19.00 beroende på trafiken.
- Det kommer vara cirka 12 vuxna från skolan som åker med.
- Packlista. Varma kläder som ej blir blöta om du ramlar, typ jacka, termobyxor. Vantar/handskar som står emot lite vatten. Mjukisbyxor och collegetröja rekommenderas ej.

- Om man är nybörjare och behöver tips och råd kommer idrottslärarna hålla skidskola.
- Det är obligatoriskt för alla med hjälm när man åker, detta ingår i skidhyran.
- Det kommer under dagen sitta en vuxen i värmestugan. Till hen kan du ringa när som helst om det skulle hända något. 0761246215

### **Vanliga frågor**

*Är det gratis för eleverna?*

Ja, skolan betalar allt under dagen.

*Är det obligatoriskt för eleverna?*

Ja, det är en vanlig skoldag. Om man av någon anledning ej kan delta behöver man ta ledigt samt prata med sin mentor.

*Måste man åka skidor?*

Vi anser att man testar och gör ett bra försök. Genom att testa och uppleva saker utvecklas du och en del med skolan är att du ska få nya upplevelser.

*Måste man använda hjälm?*

Ja.

*Vad händer om man skadar sig?*

Romme alpin har mycket personal på plats och det finns alltid sjukvårdskunnig personal som hjälper till vid olyckor och liknande. Om det skulle inträffa en allvarlig olycka finns det utarbetade rutiner på anläggningen och något de är vana vid, då det tyvärr händer en del olyckor och skador i en skidbacke. Skolans personal på plats blir kontaktade och vi kommer ha med oss kontaktuppgifter till föräldrar om det skulle hända något.

*När jag bokar står det att det inte är någon buss?*

Detta kan man bortse från, det är Romme som kan koppla namnet på den som bokar till en bokad buss. Vi från skolan har inte lagt till den infon, därför ser det ut så.

*Får jag ta med läsk och godis på bussresan.*

Ja, men inte något som smular.

Har du fler frågor så kontakta ansvariga ledare: Viktor Jeansson & Sandra Stajic

Viktor.jeansson@edu.stockholm.se

Sandra.stajic@edu.stockholm.se