



FRISKSPORTARNAS VINTERVECKA 2016

Walles Högfjällshotell 6 – 13 mars

Bruksvallarna ligger i Sveriges sydligaste högfjällsområde. Fjälltopparna som finns i närheten är Helagsfjället, Sveriges sydligaste glaciär & högfjäll, Sylarna, Skars och den karakteristiska Mittåkläppen. Vyer som man aldrig kan se sig mätt på. Samtliga bilder är tagna från tidigare vinterveckor med Frisksportarna på Walles.

Detta väntar oss i mars



Gå på tur lika med njuta



Ser ni gruppen till vänster?



OJ!!



Inte dumt detta heller



Mycket snö

Vallning på Walles
Skägglav betyder
mycket fin
luftkvalitet



Samma sal: Morgongympa och dans
ovanför bassängen



Välkommen till Frisksportarnas fjällvecka!

Den 6 - 13 mars 2016 (söndag - söndag) åker vi till Walles Fjällhotell , Bruksvallarna i Härjedalen.

Hotellet har hög standard med gott om utrymmen för gemensam samvaro. Ett extra plus är pool och matsal med utsikt över fjällen. Terrängen är lämplig för vana och mindre vana skidåkare och det finns spår med varierande längd. Hotellet ligger vid trädgränsen så man kommer direkt ut på fjället. Vid sämre väder åker man ned i skogen. Varje dag ordnas skidturerna av olika längder som leds av våra egna turledare. Programmet i övrigt kommer liksom tidigare år att innehålla morgongymnastik, morgonsamling, bildvisning, frågesport, dans, underhållning mm.

Det finns inget krav på medlemskap i Svenska Frisksportförbundet för deltagande, men alla frisksportarrangemang är tobaks- och alkoholfria.

Olika boendialternativ: Dubbelrum (wc/dusch/TV) 5 800 kr/person; Dubbelrum mini (wc/dusch/TV) 5 300 kr/person; Enkelrum (wc/dusch/TV) 6 650 kr/person

Ange i anmälan vilket boendialternativ du önskar. Eftersom vissa rum finns i begränsat antal gäller först till kvarn.... (Räknas när anmälningsavgiften är betald.)

I avgiften ingår även frukost, smörgåspaket och dryck till lunch samt middag på kvällen. Middagen består av salladsbord/buffé, huvudrätt och efterrätt samt kaffe. Det går att välja vegetarisk kost eller husmanskost, men även ett mellanting som består av fisk och i övrigt vegetarisk kost. Det valda alternativet gäller hela veckan. Allergi eller överkänslighet mot vissa födoämnen bör anges i anmälan.

Se gärna hotellets hemsida för mer information (www.walles.se).

Skidutrustning kan hyras hos Walles och vi är lovade 20 % på priserna. Vallabod finns på hotellet och spårcentral finns i nära anslutning till hotellet. För att utnyttja de 30 mil preparerade skidspåren samt skidbussen som kör till närbelägna områden krävs ett spårkort. Pris 310kr för 6 dagar (enl. internet) och ingår inte i avgiften. Man behöver inte köpa spårkort för hela veckan utan kan köpa för några dagar om man vill. Träningsspåren i Bruksvallarna är gratis. Med spårkortet kan man också åka buss till utförsåkningsanläggningarna i Ramundberget eller Funäsdalen.

Kostnad för resan tillkommer. Var och en beställer själv sin resa.

Vi känner till följande bussresalternativ.

Fjällexpressen (www.fjallexpressen.se) eller tfn 031-700 88 02) har bussturer från Malmö, Göteborg och Stockholm till Bruksvallarna.

Härjedalingen (www.harjedalingen.se) eller tfn 0651-100 00 alternativt 070-594 11 99) har bussturer från Stockholm till Bruksvallarna.

Båda bussbolagen kör till Bruksvallarna och där hämtar hotellets minibuss oss (kostnad 60 kr t.o.r.). Räkna med att bussarna går dagtid och kommer till Bruksvallarna på söndagskvällen. För pris och tidtabell hänvisas till respektive företag, alternativt kontakta Fjällresegruppen.

Sista anmälningsdag och inbetalning av anmälningsavgiften på 500 kr är den 21 december 2015. Slutbetalning senast den 29 januari 2016.

Plusgironummer 41 02 30-7. Frisksportarnas Vintervecka. Glöm inte ange ditt/era namn på "Meddelande till betalningsmottagaren".

Hotellens avbokningsregler gäller: Innan 4 jan 2016 fri avbokning anm. avgift återfås. Innan 3 febr avbokning anm. avgift återfås ej. Innan 18 febr.

avbokning mot 50% av priset. Därefter avbokning mot 100% av priset. Walles säljer en avbeställningsförsäkring för 250 kr. Vi rekommenderar att ni kontrollerar med ert hemförsäkringsbolag eller om ni betalar med kort via internet vad de har för villkor för avbeställningsskydd. Anmäl till Ingvar. Eventuell avbokning görs till Ingvar.

Inga Edwertz ingedz@tele2.se (031- 88 62 24, 0702 - 52 19 99), Pirkko Renglin pirkko.renglin@comhem.se (08-531 806 57, 0705-15 56 97),

Ingvar Winberg winberg.pixbo@gmail.com (031-88 19 23, 0705 – 88 19 23)