

Dagprogramma Trail Zweden

1. De data

In 2010 zijn vier trails gepland, twee in het voorjaar en twee in het najaar. De exacte data zijn:

- maandag 19 tot en met vrijdag 23 april 2010
- maandag 24 tot en met vrijdag 28 mei 2010
- maandag 20 tot en met vrijdag 24 september 2010
- maandag 18 tot en met vrijdag 22 oktober 2010

De opbouw van het programma is voor iedere trail gelijk. Waar u rekening mee dient te houden, is dat ieder seizoen zijn eigen schoonheid en temperatuur kent. In april vindt de overgang van winter naar lente plaats. Er is een kans dat her en der nog sneeuw ligt. Mei is een echte lentemaand. September is een typische nazomermaand. In oktober heeft de zomer definitief plaats gemaakt voor de herfst.

2. Het dagprogramma

Vooraf

- Individueel intakegesprek
- Groepsbijeenkomst
- Persoonlijke opdracht



Maandag

- Persoonlijke opdracht
- Aankomst uiterlijk 10.30 uur op Stockholm Arlanda
- Groepsopdracht
- Met de trein naar Hallsberg waarvandaan u naar Lerbäck wordt gebracht
- Inchecken in hotel Per Olof Gården
- Lunch
- Wandeling door de omgeving van Lerbäck
- Diner
- Bespreking omgeving (bosgebied de Tiveden), route en trail principes
- Vrije avond
- Overnachting in hotel

Dinsdag

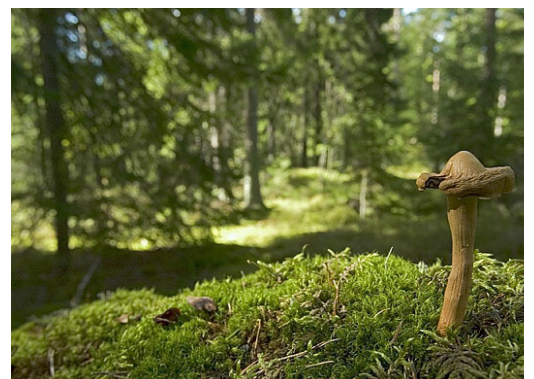
- Ontbijt
- Met de auto naar Laxå (dit is het startpunt van de trail)
- Begin trail: op weg naar Gråmon/Vässlebacken
- Individuele opdracht
- Lunch onderweg
- Groepsopdracht
- Diner
- Nabespreking
- Overnachting in blokhut of tent

Woensdag

- Ontbijt
- Groepsopdracht
- Vervolg trail: op weg naar Ämtatorp
- Individuele opdracht
- Lunch onderweg
- Individuele opdracht
- Diner
- Nabespreking
- Overnachting in blokhut of tent

Donderdag

- Ontbijt
- Individuele opdracht
- Vervolg trail: op weg naar Olshammer (dit is het eindpunt van de trail)
- Lunch onderweg
- Groepsopdracht
- Aangekomen in Olshammer vervolgen we onze reis per boot naar Askersund
- Individuele opdracht
- Met de auto naar Lerbäck
- Diner
- Nabespreking
- Overnachting in hotel



Vrijdag

- Ontbijt
- Uitschecken
- Groepsopdracht
- Met de auto naar Hallsberg waarvandaan de trein naar Stockholm vertrekt
- Aankomst circa 12.00 uur op Stockholm Arlanda

Achteraf

- Individueel gesprek
- Reünie

3. Praktische zaken

Hieronder treft u enkele praktische zaken aan. Wanneer de geboden informatie onvoldoende blijkt te zijn, kunt u uiteraard contact met ons opnemen.

Hotel PerOlofGården (de uitvalbasis)

Van maandag op dinsdag en van donderdag op vrijdag overnachten we in Hotel PerOlofGården. De bereikbaarheidsgegevens zijn:

Hotel PerOlofGården
PerOlofGården 326
69094 Lerbäck (gemeente Åsbro)
Sweden

I. www.perolofgarden.se
T. +46 (0) 583 40535
M. +31 (0) 646 328 771 (Bas Hoogendoorn)

Omgeven door de pracht en de stilte van Bergslagen en op de grens van Tiveden, het meest zuidelijke oerbos van Zweden, ligt Hotel PerOlofGården. De letterlijk schitterende meren in de omgeving met o.a. de steile hellingen Skåleklint in het meer Tisaren zijn een paradijs voor de natuurliefhebbers. Hier huist de rust waardoor de rest van de wereld ver weg lijkt.



Hotel PerOlofGården staat aan de oever van het Kyrksjön. In de meer dan 100-jarige geschiedenis heeft deze enclave van rust gediend als huis voor de armste, voor de jeugdige en voor de oudere mens, was het een huis voor verzorging en een centrum voor opleiding en ontwikkeling. Maar bovenal was Hotel PerOlofGården een ontmoetingsplaats voor mensen uit de streek en voor reizigers van ver. De eeuwenoude geschiedenis van

Lerbäcksocken brengt mensen uit de gehele wereld nog steeds bijeen naar de geboorteplek van vele families.

Tegenwoordig biedt Hotel PerOlofGården onderdak aan liefhebbers van natuur, vermaak en ontspanning. Het spreekt voor zich dat Hotel PerOlofGården een geliefde plek is voor vergaderingen, cursussen, trainingen en conferenties.

Vlucht

Dagelijks vliegen vanaf Schiphol onder meer KLM en SAS rechtstreeks op Stockholm.

Handbagage

Wellicht ten overvloede: het vervoeren van vloeistoffen in uw handbagage is alleen toegestaan in de daarvoor bestemde zakjes. U mag geen messen, schaarmpjes, kurkentrekkers, aanstekers, lucifers, etc. etc. in uw handbagage meenemen.

Identiteitsbewijs

Zorg voor een geldig identiteitsbewijs.

Geld

De kosten zijn inclusief eten/drinken en verblijfskosten. Wilt u voor persoonlijk gebruik wat aanschaffen, is kleingeld handig. Zweedse kronen kunt u pinnen op het vliegveld. Pinpas en credit card werken goed.

Outfit

- Goede wandelschoenen, dat wil zeggen: stevige zool met een flink profiel
- Een goede regenjas
- Licht ademende onderkleding
- Een lichte loszittende broek (geen spijkerbroek: droogt niet snel en wordt zwaar)
- Een loszittende warme trui
- Dikke, warme sokken
- Een muts of pet kan prettig zijn
- Een klein rugzakje voor water, reservekleding, lunch, dat soort zaken
- Minimaal een 1 liter fles (of 2x een halve liter natuurlijk)

Bagage

We overnachten van maandag op dinsdag en van donderdag op vrijdag in Hotel PerOlofGården (www.perolofgarden.se). Tussentijds kunt u hier niet noodzakelijke bagage achterlaten. U hoeft dus niet alles mee te slepen gedurende de trail.

Conditie

De trail is geen survivaltocht. We putten u dus niet uit. Wel gaan we ervan uit dat u een redelijke conditie hebt. De wandelingen zijn flink. Het kan geen kwaad om u hierop voor te bereiden, hoewel het niet strikt noodzakelijk is. Als u een hart- of vaatziekte heeft, raden we u af om aan deze trail deel te nemen.