

Winterkamp



Januari 2012

Inhoudsopgave Winterkamp

Winterkamp	3
1. Inleiding	3
2. Voorkennis	3
3. Eindopdracht	3
4. Opbouw van het kamp.....	4
4.1. Algemene gedragsregels	4
4.2. Regels betreffende de reis	5
4.3. Regels betreffende skiën en snowboarden	5
4.4. Regels bij gebruik van (gehuurd) materiaal	5
4.5. Huisregels in het hotel.....	6
5. Hulpmiddelen / Bronnen	6
6. De organisatie van het kamp	6
6.1. Planning / Programma.....	6
6.2. Faciliteiten.....	9
6.2.1. Informatie voor de thuisblijvers!.....	9
6.3. Ondersteuning	9
7. De beoordeling	9
8. De verantwoording van het winterkamp	10
9. Bijlagen	11
Bijlage 1: Wat moet ik meenemen?	11
Bijlage 2: Afspraken tijdens winterkamp voor skiën en snowboarden	12
Bijlage 3: Registratie winterkamp 2011-2012	13
Bijlage 4: Regels voor activiteiten bij het Onderwijsteam Sport en Veiligheid	14
Bijlage 5: Persoonlijke gegevens voor het winterkamp	15
Bijlage 6: Formulier aanschaf leermiddelen	16

Winterkamp

1. Inleiding

Tijdens je opleiding ben je al verschillende keren op kamp geweest. Binnenkort ga je op winterkamp.

Wintersport wordt door ontzettend veel mensen beoefend en als je zelf goede vaardigheden bezit in skiën of snowboarden is dit natuurlijk een fantastische tak van sport om les en leiding in te geven.

Het sneeuwkamp vindt plaats in Axamer Lizum vlakbij de Olympische stad Innsbruck in Oostenrijk, een bekend wintersportgebied en een prachtige plek om een goed kamp te organiseren.

2. Voorkennis

Voor het kamp is er een voorlichtingsbijeenkomst.

Tijdens deze bijeenkomst krijg je alle informatie over het winterkamp.

3. Eindopdracht

Je maakt een keuze uit alpineskiën of snowboarden.

Het doel van dit kamp is om veel te leren over wintersport en hard te werken aan je eigenvaardigheid.

Het winterkamp heb je voldoende afgesloten als je hebt voldaan aan de volgende eisen:

- aanwezig tijdens alle onderdelen (theorie en praktijk) van het kamp
- inzet tijdens alle onderdelen van het kamp
- gecontroleerd een blauwe/rode piste afkomen
- functioneren in groepsverband, zowel in de hele groep als in de eigen ski- of snowboardgroep
- maken van een verslag met daarin verwerkt jouw leermomenten en het invoegen hiervan in je portfolio (zie opdracht 1)

4. Opbouw van het kamp

Dit winterkamp is geen vakantie!

Het is natuurlijk belangrijk dat je veel plezier gaat beleven tijdens dit kamp en daarom is het noodzakelijk dat iedereen zich aan de regels houdt, zodat we er een nuttige en leerzame week van kunnen maken.

Er wordt tijdens het kamp van je verwacht dat je een positieve instelling hebt.

Je hebt je daarom ook te houden aan diverse regels:

- algemene gedragsregels (4.1)
- regels betreffende de reis (4.2)
- regels betreffende skiën of snowboarden (4.3)
- regels bij gebruik van gehuurd materiaal (4.4)
- huisregels in het hotel (4.5)

Mocht er om wat voor reden dan ook onjuist gedrag worden geconstateerd, dan zullen de consequenties voor de student zijn.

Dit kan variëren van geen deelname aan ski- en/of snowboardactiviteiten tot aan, in het ergste geval op eigen gelegenheid en eigen kosten naar huis worden gestuurd!

Een contract betreffende de regels voor activiteiten moeten jij en je ouders/verzorgers ondertekenen en inleveren bij de desbetreffende docent. (zie bijlage 4)

4.1. Algemene gedragsregels

We gaan er van uit dat je onderstaande regels hanteert:

- positieve instelling
- goede beroepshouding (zie beroepshoudingsprotocol)
- op tijd aanwezig bij alle onderdelen
- niet roken tijdens de programmaonderdelen

Een hele week bezig zijn met buiten activiteiten, vraagt veel energie van je lichaam. Het is dus belangrijk dat je goed aan je gezondheid denkt.

Zorg er dus voor dat je:

- voldoende herstelt (dus voldoende rust en slaapt)
- verantwoord drank gebruikt (dus geen alcohol tijdens de activiteiten)

4.2. Regels betreffende de reis

De bus zal precies op de aangegeven tijd vertrekken.

De kosten die voortvloeien uit het missen van deze vervoersmogelijkheid zijn voor eigen rekening.

Regels voor in de bus:

- er mag niet worden gerookt
- er mogen geen alcoholhoudende dranken worden meegenomen

Bijlagen 2 t/m 6 worden naar huis opgestuurd, deze dienen ingevuld en ingeleverd te worden tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.

4.3. Regels betreffende skiën en snowboarden

Voor de skipas die je ontvangt moet je een borg betalen van € 2,00.

Dit bedrag lever je contant in vóór het vertrek met de bus.

Na het inleveren van je skipas ontvang je de borg terug.

Tijdens het skiën of snowboarden heb je je te houden aan de afspraken die er gelden tijdens het winterkamp.

(Zie bijlage 2: afspraken tijdens winterkamp voor skiën en snowboarden)

Zowel tijdens de ski- als snowboardactiviteiten is het verplicht om een helm te dragen. Al deze regels zijn er om je eigen veiligheid en die van anderen te waarborgen.

Alle ski- en snowboardonderdelen worden uitsluitend in groepsverband gedaan. Tijdens de lunchpauzes wordt er niet geskied of gesnowboard.

Mocht je om een bepaalde reden willen wisselen van groep dan is dit uitsluitend in overleg met de docenten sport en bewegen.

Er zijn mogelijkheden (vermeld in het programma) om vrij te skiën, dit is uitsluitend mogelijk in groepen van minimaal 3 á 4 personen.

4.4. Regels bij gebruik van (gehuurd) materiaal

Op het registratieformulier voor het winterkamp (zie bijlage 3) moet je aangeven of je materiaal wilt huren.

Ski- en snowboardmaterialen worden voor je gereserveerd conform deze schriftelijke opgave.

De materialen zullen in Axamer Lizum worden uitgedeeld.

Indien dit materiaal niet naar wens is zul je op eigen kosten moeten bijhuren.

Bij verlies, diefstal of onzorgvuldig gebruik zijn de kosten voor jezelf.

Vanzelfsprekend gaan we er van uit dat je netjes met deze spullen omgaat.

4.5. Huisregels in het hotel

We zijn te gast in Hotel Olympia, en elk jaar willen wij hier opnieuw welkom zijn. Je bent persoonlijk en met de groep verantwoordelijk voor je eigen kamer.

Daarom zijn er in het hotel diverse regels:

- niet roken op de kamers
- geen glazen flessen of glazen meenemen naar de kamers

Per persoon moet je € 50,00 borg betalen voor de kamer.

De borg moet je contant voldoen vóór vertrek.

De borg wordt pas teruggegeven op het moment van vertrek als na controle de kamer in oorspronkelijke staat is achtergelaten.

Bij aankomst in je hotelkamer moet je eventuele schade of vermiste inventaris direct melden aan de begeleidende docenten.

5. Hulpmiddelen / Bronnen

- dit modulboek
- wintersportkleding
- ski's of snowboard van jezelf of gehuurd ter plaatse
- pen en papier

6. De organisatie van het kamp

6.1. Planning / Programma

Zaterdag 14 januari

06.30 uur	Aanwezig opstapgroep Alphen a/d Rijn op het ROC ID College, Ambonstraat 1 te Alphen a/d Rijn
06.45 uur	Presentie- en paspoortcontrole Inleveren € 52,00 borg (zie 4.3 en 4.5)
07.00 uur	Vertrek van de bus uit Alphen a/d Rijn
07.00 uur	Aanwezig opstapgroep Gouda het ROC ID College, Groen van Prinsterersingel 52 te Gouda
07.15 uur	Presentie- en paspoortcontrole Inleveren € 52,00 borg (zie 4.3 en 4.5)
07.30 uur	Vertrek van de bus uit Gouda
12.00 uur	Lunchstop onderweg (voor eigen rekening!)
19.00 – 20.30 uur	Aankomst in Axamer Lizum Diner in het hotel Uitdelen materiaal (onder voorbehoud)

Zondag 15 januari

08.00 uur Ontbijt

09.30 uur Verzamelen op de piste
09.45 uur Aanvang 1^e les
12.00 uur Lunch in hotel Olympia
13.00 uur Aanvang 2^e les
15.00 uur Einde van de lessen
18.00 uur Diner
19.30 uur Workshop lawinekunde (SAAC)

Maandag 16 januari

08.00 uur Ontbijt
09.30 uur Verzamelen op de piste
09.45 uur Aanvang 3^e les
12.00 uur Lunch in hotel Olympia
13.00 uur Aanvang 4^e les
15.00 uur Einde van de lessen
15.30 uur Sonderen (praktijk lawinekunde SAAC)
17.30 uur Diner
20.00 uur Workshop: Slijpen, videoanalyse en materiaalvoorlichting

Dinsdag 17 januari

08.00 uur Ontbijt
09.30 uur Verzamelen op de piste
09.45 uur Aanvang 5^e les
12.00 uur Lunch in hotel Olympia
13.00 uur Aanvang 6^e les
15.00 uur Einde van de lessen
17.30 uur Diner
19.30 uur Workshop: vervolg videoanalyse

Woensdag 18 januari

08.00 uur Ontbijt
09.30 uur Verzamelen op de piste
09.45 uur Aanvang 7^e les
12.00 uur Lunch in hotel Olympia
13.00 uur Vrij skiën/snowboarden met of zonder docenten
(minimaal in groepen van 3 á 4 personen!)
15.00 uur Einde van de sneeuwactiviteiten
18.00 uur Diner
19.30 uur Recreatieprogramma binnen of buiten

Donderdag 19 januari

- 08.00 uur Ontbijt
- 09.30 uur Verzamelen op de piste
- 09.45 uur Aanvang 8^e les
- 12.00 uur Lunch in hotel Olympia
- 13.00 uur Vrij skiën/snowboarden met of zonder docenten
(minimaal in groepen van 3 á 4 personen!)
- 15.00 uur Einde van de sneeuwactiviteiten
- 18.00 uur Diner
- 19.30 uur Recreatieprogramma binnen of buiten

Vrijdag 20 januari

- 08.00 uur Ontbijt
- 09.30 uur Verzamelen op de piste
Vrij skiën/snowboarden met of zonder docenten
(minimaal in groepen van 3 á 4 personen!)
- 12.00 uur Lunch in hotel Olympia
- 13.30 uur Afsluitende slalomwedstrijd met officiële tijdwaarneming
- 16.00 uur Controle kamer en eventuele teruggave borg
- 18.00 uur Diner
- 20.00 uur Vertrek naar Nederland

Zaterdag 21 januari

08.00 – 09.00 uur Verwachte aankomsttijd Alphen a/d Rijn / Gouda

Dit programma is onder voorbehoud, er kunnen wijzigingen plaatsvinden in het programma indien dat nodig is.

Nadere afspraken worden gemaakt betreffende de invulling van het avondprogramma. Van iedereen wordt inzet/deelname en betrokkenheid verwacht tijdens dit programma!

Sportmassage

Van zondag tot en met donderdag is het mogelijk je te laten masseren door de studenten die het Keuzevak sportmassage volgen. Tijdens deze dagen kun je je hiervoor inschrijven en wordt een tijdstip van massage bepaald.

6.2. Faciliteiten

Tijdens het kamp zullen we verblijven in Hotel Olympia.
(zie ook 4.5)



www.hotel-olympia-axams.at

6.2.1. Informatie voor de thuisblijvers!

Axamer Lizum 2
A-6094 Axam/Tirol
Tel.: +43(0)5234-65285
Mobil: +43(0)664-1321122
Fax: +43(0)5234-65686
Reisleider: Lever Reizen

Voor verdere informatie:
Site: www.outdoorleisure.nl kampen-winterkamp

In noodgevallen kunnen thuisblijvers contact opnemen met:
Rob Burgwal +31(0)620449931
Cor den Daas +31(0)612635365

6.3. Ondersteuning

Tijdens het kamp krijg je begeleiding in de vorm van praktijklessen in skiën of snowboarden.

Verder zullen er praktijk en theorielessen binnen worden gegeven.

7. De beoordeling

Het winterkamp is behaald wanneer de volgende punten voldoende zijn:

- aanwezigheid (100%)
- betrokkenheid
- inzet

8. De verantwoording van het winterkamp

Relatie kwalificatiedossier

Sport en Bewegingsleider (niveau 3/4)

Kerntaak 1: Aanbieden van SB-activiteiten

Werkproces:

2. Voert SB-activiteiten uit

9. Bijlagen

Bijlage 1: Wat moet ik meenemen?

Geldig paspoort of identiteitskaart!

Bagage

Per persoon mag **maximaal** aan bagage worden meegenomen:

- 1 grote tas (geen koffer i.v.m. bagageruimte in de bus)
- 1 skischoentas (indien niet via school materiaal gehuurd)
- 1 paar ski's of 1 snowboard (indien niet via school materiaal gehuurd)
- 1 tasje of rugzakje met handbagage

Verzekering

Er is voor alle deelnemers een collectieve ID College ongevallenverzekering met uitgebreide wintersportdekking afgesloten. Er is echter geen annuleringsverzekering afgesloten! Wil je deze wel dan kun je deze tegen een vergoeding van € 12,50 bij het ROC ID College af sluiten (zie bijlage 3)

- verzekeringsbewijs
- pasje ziektekostenverzekering

Geld of pasjes!

- contant € 52,00 borg voor hotelkamer en skipas.
- contant geld voor een drankje en/of hapje onderweg
- *voldoende zakgeld (geld pinnen is niet mogelijk!)*

Toiletartikelen

Naast het normaal gebruikelijke ook meenemen:

- handdoeken
- zonnebrandcrème met hoge beschermingsfactor
- slippers (i.v.m. gemeenschappelijke doucheruimte)

Diverse overige bagage

- moonboots / waterdichte wandelschoenen
- € 0,70 (in muntjes) voor toiletbezoek onderweg naar Oostenrijk/Nederland

Ski / snowboardkleding

- jack + broek of overall (waterafstotend)
- trui(en) / ski- pullies + T-shirts
- lange onderpantalon
- lange (ski)sokken
- handschoenen / skiwanten, sjaal en muts
- skibril en zonnebril
- skitasje of rugzakje (aanbevolen)
- advies: kniebeschermers voor de eerste dagen

Ons hotel bevindt zich op 1583 meter!

Skiën en snowboarden doen we veel hoger!

Houd er rekening mee dat de temperatuur kan **oplopen tot vele graden onder 0!**

Bijlage 2: Afspraken tijdens winterkamp voor skiën en snowboarden

N.B. Waar over skiërs of skiën wordt gesproken worden ook snowboarders of snowboarden bedoeld.

- 1. Houd rekening met anderen**
Iedere skiër moet zich altijd zo gedragen dat hij anderen niet in gevaar brengt of schade berokkent.
- 2. Beheers uw snelheid en het skiën**
Iedere skiër moet zich qua snelheid en skistijl aanpassen aan zijn eigen capaciteiten, de toestand.
- 3. Kies een veilig spoor**
Wanneer een skiër een andere skiër van achteren nadert, moet hij zijn spoor zo kiezen, dat hij de ander niet belemmert of in gevaar brengt.
- 4. Voorzichtig inhalen**
Inhalen mag aan alle kanten, mits op zodanige afstand, dat de ingehaalde in geen van zijn bewegingen wordt belemmerd.
- 5. Kijk uit bij oversteken en invoegen**
Een skiër die zich (weer) op de piste wil begeven of een piste wil kruisen, moet zich er van vergewissen, dat hij daarbij anderen en zichzelf niet in gevaar brengt. Dat geldt ook na iedere stop.
- 6. Nauwe passages vrijhouden**
Een skiër mag niet zonder noodzaak op nauwe of onoverzichtelijke gedeelten van een afdaling stilstaan. Wie op zo'n helling valt of wil stoppen moet zo snel mogelijk de weg vrijmaken en naar de kant gaan.
- 7. Klimmen en lopen altijd langs de kant van de piste**
Een klimmende skiër mag alleen de zijkant van een afdalingstraject gebruiken.
- 8. Houd u aan de “verkeersborden”**
Elke skiër moet zich aan de pistemarkeringen houden en de waarschuwborden niet negeren.
- 9. Hulp verlenen bij ongelukken**
Bij ongelukken is iedereen verplicht hulp te bieden.
- 10. Legitimatie verplicht**
Iedereen, getuige of betrokkene, verantwoordelijk of niet, moet bij ongevallen zijn persoonsgegevens verstrekken.
- 11. Niet skiën buiten de officiële gemarkeerde pistes**
Buiten de pistes kunnen gevaarlijke situaties ontstaan.
- 12. Tijdens het skiën is het verboden geluidsapparatuur (mp3, mp4, i-Pod etc.) te dragen**
Door het dragen van geluidsapparatuur kunnen geen instructies en/of waarschuwingen worden gehoord en daardoor kunnen gevaarlijke situaties ontstaan.
- 13. Volg ten alle tijden de instructies op van de ski/snowboardleraar en/of docenten van het ROC ID College**

Hierbij verklaar ik deze regels te hebben gelezen en naar deze regels te handelen.
Student verklaart het ID College niet aansprakelijk te stellen als van deze regels wordt afgeweken.

Naam student:

Handtekening:

Datum:

Dit formulier verplicht inleveren tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.

Bijlage 3: Registratie winterkamp 2011-2012

Naam:

Klas:

Geboortedatum:

(Omcirke! keuze)

Maakt gebruik van annuleringsverzekering
à € 12,50

ja / nee

Ik stap op ROC ID College

Alphen aan den Rijn / Gouda

Ik ga tijdens het winterkamp

skiën / snowboarden

Ik heb ski / snowboard ervaring

aantal dagen / weken

Ik maak gebruik van eigen materiaal

ja / nee

Ik wil het volgende materiaal lenen:

Skischoenen

ja / nee

Snowboard schoenen

ja / nee

Snowboard

ja / nee

Ski's

ja / nee

Omtrek hoofd (i.v.m. Helm ski- en snowboarden)

..... cm

Schoenmaat

.....

Lichaamslengte

..... cm

Gewicht

..... kg

Trui

S - M - L - XL - XXL

Voor trui van het winterkamp pasmaat invullen tijdens de voorlichtingsbijeenkomst, dan zijn de pastruien aanwezig.

Dit formulier verplicht inleveren tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.

Bijlage 4: Regels voor activiteiten bij het Onderwisteam Sport en Veiligheid

Tijdens de opleiding bij het onderwisteam Sport en Veiligheid van het ID College volgt de leerling meerdere verplichte activiteiten in Nederland en/of buitenland.

Bij deze activiteiten gelden natuurlijk regels om de activiteit goed te laten verlopen.

De activiteiten die de leerling van het ID College moet volgen hebben meerdere functies o.a.:

1. Kennismaken met de medeleerlingen en de docenten.
2. Kennismaken met de activiteiten die deze week worden aangeboden.
3. Kennismaken met het leiden en organiseren van een kamp en de verantwoordelijkheden die daarmee gepaard gaan.
4. Het afsluiten van een moduul.

Dit alles gebeurt natuurlijk in een veilige omgeving waarin de leerling zich optimaal kan ontplooiën en waar het ID College de verantwoordelijkheid heeft voor de leerling, zodat de schoolregels ook tijdens de activiteiten gelden.

Bij het opstellen van deze regels zijn wettelijke en maatschappelijke regels het uitgangspunt geweest.

Om de activiteiten in een zo goed en zo veilig mogelijke leeromgeving te houden zijn er de volgende regels waar de leerling zich aan moet houden.

1. De leerling heeft een goede beroepshouding.
2. Het gebruik en bezit van drugs is verboden.
3. Het gebruik en bezit van sterk alcoholische drank is verboden.
4. Geen alcoholgebruik tijdens de activiteiten.
5. Niet roken tijdens de activiteiten.

De begeleiding verzorgt de drankjes en zorgt daarmee voor verantwoord alcoholgebruik.

Het niet navolgen van de regels kan verschillende consequenties hebben die variëren van het in beslag nemen van de goederen tot het naar huis sturen van de leerling. Dit is dan op eigen kosten en gelegenheid. Natuurlijk worden de ouders/verzorgers hiervan eerst in kennis gesteld.

Deze regels gelden voor de hele opleiding en dit ondertekende formulier wordt bewaard in het dossier van de student.

Met ondertekening gaat u akkoord met deze regels.

Naam:

Plaats:

Datum:

Handtekening

ouder/verzorger voor akkoord:

.....

Handtekening

student voor akkoord:

.....

Dit formulier verplicht inleveren tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.

Bijlage 5: Persoonlijke gegevens voor het winterkamp

Naam:

Adres:

Postcode en plaats:

Telefoonnummer:06-

Geboortedatum: **Nummer paspoort / ID-bewijs:**

In geval van nood moeten we weten waar u zich bevindt tijdens het komende winterkamp. Als u zelf niet te bereiken bent, kunt u ook een adres van familie, burens of vrienden opgeven.

Naam:

Adres:

Plaats:

Telefoonnummer:06-

Doorlopende reisverzekering: Ja / Nee

Zorgverzekering:

Maatschappij:

Polisnummer:

Verdere belangrijke gegevens:

Mijn zoon/dochter is allergisch voor:

.....
.....
.....

Mijn zoon/dochter gebruikt de volgende medicijnen:

.....
.....
.....

Er zijn andere bijzonderheden te weten: Vb. medicijngebruik/brief van behandelend arts

.....
.....
.....

In geval van nood geef ik toestemming mijn zoon/dochter te laten opnemen en te behandelen in een ziekenhuis indien het niet mogelijk is tijdig contact met mij op te nemen. Verder geef ik toestemming de ingevulde gegevens te bewaren zolang mijn zoon/dochter student is van het ID College. Ieder kamp krijg ik de gelegenheid de gegevens aan te vullen of te veranderen.

Handtekening ouder/verzorger: Datum:

Dit formulier inleveren tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.

Bijlage 6: Formulier aanschaf leermiddelen



Naam:

Geb. datum:

Opleiding:

NIA:

Klas:

Team:

OV /

Leermiddel: Winterkamp 3^e jaars studenten Sport en Bewegen

Bedrag: €

Totaal bedrag: €

Axamar Lizum Oostenrijk

Ondergetekende zal deze kosten binnen 30 dagen na ontvangst van de rekening overmaken aan ROC ID College

Ondergetekende, is op de hoogte dat indien hij / zij niet op de tijd de rekening heeft betaald ROC ID College de vordering over zal dragen aan een incassobureau. De kosten van het incassobureau zijn voor rekening van de student.

Naam:

Plaats:

Datum:

Handtekening:

Bij minderjarigheid handtekening ouder / verzorgers

Dit formulier verplicht inleveren tijdens de voorlichtingsbijeenkomst.