

# Praktisk info Kompetansehelga 2017



## Sted

Thon Hotell Oslo Airport, Balder Allé 2, 2060 Gardermoen.

## Registrering

- Det vil være mulig å registrere seg fra kl 16.30 fredag og fra kl 10.00 lørdag.
- Dersom du skulle bli syk eller forhindret fra å delta ønsker vi beskjed så fort som mulig på [caroline@svomming.no](mailto:caroline@svomming.no) (fram til 30. mars) eller 472 50 336 (etter 30. mars).

## Kurs fredag-lørdag – tjuvstarten!

- Kursene går fredag kl 17.30-20.00 + lørdag kl 09.00-10.30
- Deltakere på Tryggivann-kurs må ha med egen PC/Mac. (det er ikke alle funksjoner som fungerer på nettbrett, så ta med PC/Mac om du har)
- Husk brukernavn og passord til tryggivann.no (eller ordne dette før du kommer på konferanse, send mail til [caroline@svomming.no](mailto:caroline@svomming.no))

## Ankomst og parkering

- For de som kommer med bil er det parkering mot avgift, 68 kr i døgnet.
- Det går jevnlig shuttlebuss fra Gardermoen til hotellet, bussen koster 70 kr en vei.
- Se mer info på websiden til hotellet:  
<http://www.thonhotels.no/hoteller/land/norge/gardermoen/thon-hotel-oslo-airport/bil---tog---fly/>

## Program og tidsskjema

- Konferansen åpnes lørdag kl 11.30 og avsluttes med lunsj søndag kl 13.00-14.00
- Tidsskjemaet er veiledende. Styres i hvert enkelt program. Pauser blir der det er naturlig i programmet.
- Link til program: <http://svomming.no/wp-content/uploads/2015/12/Program-kompetansehelga-2017-1.pdf>

## Kultur på forelesning

- Vi ber om at alle er på plass i god tid før hver presentasjon, slik at vi kan overholde programtidene.
- Mobiltelefoner SKAL være avslått/lydløs under forelesningene.
- Presentasjoner legges tilgjengelig på [svomming.no](http://svomming.no) så snart som mulig etter konferansen.
- Oppdaterte deltakerlister: vedlagt og på [www.svomming.no](http://www.svomming.no)
- For at konferansen skal bli best mulig er vi avhengig av at alle bidrar i diskusjoner.

## Mat og drikke

	Fredag	Lørdag	Søndag
Frokost		Fra 07.00	Fra 07.00
Lunsj		13.00-14.00	13.00-14.00
Middag	20.00-	19.30-	

- Alle måltider inntas i Enjoy, restauranten i hovedbygget.
- Det serveres kaffe, te og vann underveis hele helgen, samt noe pauseservering.

- All drikke til maten må den enkelte betale for selv.
- Det er mulig å kjøpe mineralvann til middag – de som ønsker alkohol kan gå i baren etter middag. NB! 18-årsgrense.

### **Deltakerliste**

Finner du her: <http://svomming.no/wp-content/uploads/2015/12/P%C3%A5meldte-pr-220317.pdf>

### **Retningslinjer om alkohol**

Aktiviteter i regi av Norges Svømmeforbund sentralt og våre klubber lokalt skal representere et trygt idrettsmiljø. NSF har utarbeidet egne retningslinjer for alkohol. Vi oppfordrer til måtehold. Disse finnes på <http://svomming.no/forbundet/klubbdrift/organisasjon/retningslinjer-for-klubbdrift/>

### **Utsjekk**

Senest kl 12.00 søndag. Dersom man ønsker sen utsjekk må dette avtales ved innsjekking.

### **Betaling for konferansen**

- Faktura for konferansen, inkl. overnatting og mat, sendes ut til den enkelte klubb/krets/privatperson (ut fra opplysninger gitt i påmeldingen).
- Blir man syk/forhindret fra å delta må man beregne å betale for det man har bestilt, men vi setter pris på å få beskjed ved frafall.
- Alle må selv gjøre opp overfor hotellet for minibar, pay-tv, telefon og andre regninger som settes på rommet.

### **Samling for ledere og styremedlemmer i klubber med landslagssvømmere**

Vi kommer til å ha en egen samling for ledere og styremedlemmer i klubber med landslagssvømmere søndag 11:00-13:00 i møterommet Bergen.

Vi kommer til å bruke samlingen på å diskutere og besvare følgende spørsmål:

- Hvordan er landslagsvirksomheten i NSF organisert og hvordan følges utøverne opp av NSF?
- Hva kreves det av utøvere på landslagsnivå og hva kreves det av klubber som har utøvere på landslagsnivå?
- Hva er klubbenes gevinst ved at klubbtrener er med på samlinger og konkurranser?

### **Egentrening**

- Det er fine områder for en løpe/gåtur ved hotellet.
- Det er et lite treningsrom i kjelleren på hotellet.

### **Evaluering og tilbakemeldinger**

Evalueringsskjema blir sendt alle deltakere rett etter konferansen. Vi håper alle tar seg tid til å svare og komme med forslag på hvordan vi bygger veien videre i forhold til styrking av kompetansen i klubbene i norsk svømming.

### **Spørsmål?**

Ta kontakt med Caroline Brinchmann på [caroline@svomming.no](mailto:caroline@svomming.no) eller 4725 0336.