

Það eru 4 dagar í...



5. Júní 2010

LOKAFUNDUR EUROGYMHÓPS

MÆTING Í FLUGSTÖÐ

- ✖ Við hittumst við innritun kl. 22.30
- ✖ Hver og einn að vera með eitthvað að borða eða kaupa sér sjálfir í flugstöð eða um borð.
- ✖ Brottför flugs er kl. 01:00. Lendum kl. 06:00
 - + Heimferð 16.júl FI217 22:30-23:40

FARARSTJÓRN OG ÞJÁLFARAR

- ✖ Þjálfari með í för
 - + María (Mæja)
 - + Rósa
- ✖ 5 foreldrar í fararstjórn
 - + Eva Björk
 - + Systa
 - + Berglind
 - + Þórný
 - + Þóra

HVERJIR TAKA ÞÁTT

- ✖ 3930 skráðir þátttakendur, 25 þjóðir, 150 sjálboðaliðar; Ísland með 7. fjölmennasta hópinn.
- ✖ Portugal 722
- ✖ Greece 490
- ✖ Belgium 356
- ✖ Norway 319
- ✖ Denmark 297
- ✖ France 290
- ✖ Iceland 266
- ✖ Germany 242

GISTING - HOLLUF PILE SKOLE

- ✖ Íslenski hópurinn gistir ásamt 33 manna hóp frá Slóveníu í **Holluf Pile skole** í suð-vesturhluta Odense, rétt við Arena FYN.
- ✖ MAX 12 í skólastofu, salernis og sturtuaðstaða á staðnum, 24 tíma vöktun; eitt sameiginlegt öryggisherbergi í skólanum; þrif tvisvar á dag. Ekki er hægt að læsa skólastofunum.
- ✖ Sjá reglur frá Danmörku hér á eftir.
- ✖ Engin óþarfa verðmæti með sbr. síma, dýra skartgripi, ofl.
- ✖ Fararstjórar koma með:
 - + Snúru, klemmur, þvottaefni í poka,
 - + Fjöltengi
 - + 3 pumpur fyrir vindsængur – þyrftum helst fleiri.

SKIPULAG

Pórný	Systa	Begga	Eva	Póra
Aníta Sif Gunnhildur Louisa Olga Rakel	Andrea Ásdís Helga Rún Hildigunnur Ólöf Rún	Anna Kristín Haukur Ingunn Kara Máney Sólný Sif	Alexía Brynja Karen Brá Karlotta Ólöf Birna Sigurbjörg	Aníta Rut Elva Dögg Ingibjörg Póra María Ósk Villi

DAGSKRÁIN OKKAR

KEFLAVÍK

Sunday, July 11th

- 12:00 - 14:00 Lunch - Kongens Have (18)
- 17:00 - 18:00 Meeting point Parade - Flakhaven
- 18:00 - 19:00 Parade
- 19:00 - 20:30 Opening ceremony (14)
- 20:30 - 21:30 Dinner - Odense Isstadion - Icerink 2 (14)
- 21:00 - 22:00 Transport - yellow line (9-10-11-12)

Monday, July 12th

- 09:30 Transportation IO (14)
- 10:45 - 12:15 Workshop "Cross fit" at IO / Hal B
- 12:00 - 14:00 Lunch - Odense Isstadion - Icerink 2 (14)
- 13:00 - 15:00 Forum session 2: Spotting in tumbling at IO / 3. 1 participants from the group
- 13:00 - 15:00 Forum session 3: Video feedback at IO / Teori. 1 participants from the group
- 17:00 - 19:00 Dinner - Kongens Have (18)
- 20:00 - 22:00 Garden party (19)
- 21:30 - 22:30 Transport - yellow line (9-10-11-12)

Tuesday, July 13th

- 08:00 Transportation IO (14)
- 08:45 - 10:15 Workshop "Tai Chi" at IO / Hal 1
- 10:45 - 12:15 Workshop "Funk*" at IO / Hal A
- 12:00 - 14:00 Lunch - Odense Isstadion - Icerink 2 (14)
- 13:00 - 15:00 Forum session 5: Spotting in mini-trampoline at IO / 3. 2 participants from the group
- 13:00 - 15:00 Forum session 6: Video feedback at IO / Teori. 1 participants from the group
- 17:00 - 19:00 Dinner - Kongens Have (18)
- 18:50 - 19:00 Performance: Flakhaven
- 20:00 - 22:00 Koncert Brandts (15)
- 21:00 - 23:00 Transport - yellow line (9-10-11-12)

Wednesday, July 14th

- 08:00 Transportation IO (14)
- 08:45 - 10:15 Workshop "Tango-Robic*" at IO / Hal A
- 10:45 - 12:15 Workshop "Trampoline*" at IO / Hal 1
- 12:00 - 14:00 Lunch - Odense Isstadion - Icerink 2 (14)
- 14:00 - 14:10 Performance: Brandts
- 17:00 - 19:00 Dinner - Holluf Pile Hall (9)
- 18:30 - 20:00 Galla Show 1 - Arena Fyn (13)
- 20:00 - 21:00 Walk

Thursday, July 15th

- 09:00 - 12:30 Day off
- 12:00 - 14:00 Lunch - Holluf Pile Hall (9)
- 17:30 - 19:00 Dinner - Odense Isstadion - Icerink 2 (14)
- 19:00 - 20:30 Closing ceremony (14)
- 20:30 - 22:00 Farewell Party
- 21:00 - 23:00 Transport - yellow line (9-10-11-12)

EUROGYM-MATUR

Meals

	Lunch (warm meal)	Dinner (cold meal)
Sunday	Pasta-salad with grilled turkey and bread (cold meal)	Opening Ceremony Ciabatta sandwich with chicken
Monday	Turkey in carry with rice and vegetables	½ croissant – and 1 Italian roll with ham and salad
Tuesday	Lasagne with salad and bread	Mixed salad with chicken, bread and butter
Wednesday	Greek meatballs with summer salad and bread	Couscous with wheat, leek piment and carrots. Lime marinated tuna fish and bread
Thursday	Chicken on a stick with peber and onions, rice and paprika sauce	Closing Ceremony Spinach roll with roast beef and salad

Accommodation / Workshops / Performance Areas



SKIPULAG

✖ KONGENS HAVE –

- + Þar eru matartjöld, kaffihús, og miðjan þar sem allir hittast.
- + Búðartjöld, WC og leiktæki.
- + Strætó og lestar ganga þaðan.

✖ Sýnum okkar atriði á tveimur stöðum:

- + Flakhaven -Torg fyrir framan ráðhúsið
- + Brandts – Torg í miðbænum

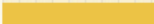
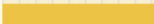


LISTI

- ✕ **Listi**
- ✕ ☐ Vegabréf
- ✕ ☐ Farseðill
- ✕ ☐ Headsett
- ✕ ☐ Dýna
- ✕ ☐ Lak
- ✕ ☐ Koddi
- ✕ ☐ Sæng / svefnpoki
- ✕ ☐ Æfingaföt fyrir workshop
- ✕ ☐ Föt til skiptanna
- ✕ ☐ Svartar leggings (skrúðganga) / strákar, æfingabuxur?
- ✕ ☐ Góðir skór til að ganga í
- ✕ ☐ Sandalar / inniskór
- ✕ ☐ 4 bolir fyrir lokaatriði (blár, rauður, brúnn, hvítur)
- ✕ ☐ Stuttar svartar buxur, og bolurinn (okkar atriði)
- ✕ ☐ Þunnt handklæði
- ✕ ☐ Sjampó ☐ Hárnæring ☐ Sápa
- ✕ ☐ Hárbursti ☐ teygjur ☐ Hárlásari ☐ Sléttujárn
- ✕ ☐ Tannbursti ☐ Tannkrem ☐ Þvottapoki
- ✕ ☐ Nærföt ☐ Sokkar
- ✕ ☐ Bikini / sundföt
- ✕ ☐ Myndavél / ipod
- ✕ ☐ „Nammipoki/kex“ ☐ Nesti

VEÐUR



Thu Jul 8	 Mostly Cloudy	25° 13°	20%	 25°C
Fri Jul 9	 Partly Cloudy	25° 14°	10%	 25°C
Sat Jul 10	 Mostly Sunny	26° 15°	20%	 26°C
Sun Jul 11	 Mostly Sunny	26° 15°	0%	 26°C
Mon Jul 12	 Heavy Rain	23° 13°	60%	 23°C Check Flight Delays
Tue Jul 13	 Scattered Showers	20° 13°	30%	 20°C
Wed Jul 14	 Few Showers	19° 12°	30%	 19°C

GJALDEYRIR & SJOPPING

- ✖ Þátttakendur koma með gjaldeyri sinn á æfingu á fimmtudag.
 - + Betra að biðja um “litla seðla” þegar gjaldeyrir er sóttur í banka
- ✖ Fararstjórar geyma gjaldeyri fyrir ykkur
- ✖ Hægt að kaupa Eurogym tengda hluti
 - + Bolir 20 evrur (ca.3120kr /150dkr)
 - + Jakki 30 evrur (ca.4680 /230dkr)
 - + Fimleikafatnaður, nælur ofl.
 - + JÁ VIÐ KÍKJUM Í H&M !

HVAÐ ÞARF AÐ BORGA ?

- ✖ Nesti í flugvél út/heim
- ✖ Mat síðasta daginn (föstudaginn 16.júl)
- ✖ Sameiginlegt:
 - + Nesti í rútu til Odense
 - + Hádegismatur á laugardeginum 10.JÚL
 - + Kvöldmatur á laugardeginum 10.JÚL

AÐ LOKUM

- ✖ Skrifum daglega á bloggið. Þar geta krakkarnir skrifað kveðjur heim og þið heima á Íslandi einnig. www.keflavikfimleikar.blog.is
- ✖ Vonandi gengur vel að setja myndir inn
- ✖ Fréttir líka á eurogym facebook síðunni: <http://www.facebook.com/#!/eurogympage?ref=ts>

SPURNINGAR

✖ Erum við að gleyma einhverju !