



Aktiviteter i efterårsferien

Åbent MTB teknikhold - blå

Vi skal på teknikbanen, hvor vi skal træne grundlæggende færdigheder og især have fokus på vores grundposition. Vi kan også finde på at komme ind på drop-/svingteknik mm.

Intro til MTB

Kunne du tænke dig at prøve kræfter med mountainbike, eller vil du bare have en sjov og hyggelig dag i naturen? Så er vores introkursus på MTB måske noget for dig! Kurset er inkl. leje af én af vores fede udlejningscykler, og vores uddannede MTB instruktører guider dig igennem alt fra gear, bremses, indstilling af cyklen til grundlæggende teknik.

Guidet MTB tur for familier

Vi skal ud i Svinkløv Plantage på børnenes præmisser, hvor vi guider jer rundt til de sjoveste steder på sporet, vi skal kaste sten i åen og have en lille snack undervejs! Vi planlægger en rute, så alle får en god og sjov oplevelse. Du kan komme på din egen MTB eller låne én af vores fede udlejningscykler - også i børnestørrelser!

MTB for børn

En sjov formiddag med MTB tekniktræning i børnestørrelse! Vi skal på teknikbanen, hvor vi skal lave nogle sjove tekniklege og blive endnu sejere til at cykle.

Beat og Brøl koncert

Mød de to dukker, pigen Beat og drengen Brøl, når de sammen med vildmanden Morten, tager hele vejen til dinosaurlandet og besøger de kendte og berygtede dinosaurer. Koncerten er for børn og det er gratis at deltage.

Pandekagehygge

Hver tirsdag står vi klar med friskbagte pandekager over bål og vi hygger os med sang og musik. Vi er udendørs i gårdspladsen eller i "hyggehytten".

Sanketur og madlavning over åben ild

På denne tur skal vi gennem den smukke ådal i Svinkløv Klitplantage og lære alt om efterårets spiselige planter og svampe. Vi fylder kurvene og ender tilbage i Madsmedjen ved de brændefyrede ovne, hvor vi sammen skal tilberede en lækker vild middag.

Vandretur, svampesamling og bålfrrokost

Vi skal sammen vandre fra Slettestrand og ca. 5 km gennem den smukke klitplantage, som er udlagt til urørt skov. Vi skal undervejs sanke og lære om de vilde planter og svampe. Vi ender ved bålpladsen, hvor vi skal lave frokost af de sankede urter og svampe. Hjemturen er på egen hånd.

Saunagus

I saunagus, hælder man vand, der er blandet med æteriske olier direkte på de glohede sten i saunaovnen, hvorved blandingen fordampes og fordeles i rummet. Vi har sørget for en gusmester som vil svinge håndklædet, fortælle røverhistorier og skabe lidt ekstra hygge i saunaen - en perfekt afslutning på en sikkert lang og oplevelsesrig dag!

Yoga

En skøn yogapraksis, hvor vores uddannede instruktør guider dig igennem en række øvelser og tilpasser timen således at alle kan være med.

Gratis aktiviteter - kun for vores boende gæster!

Børneaktiviteter: Vores boenhed, Delfinen, tænder op i bålet i aktivitetsgården og laver pandekager eller snobrød sammen med børnene. Vi finder også snittegreje frem eller går i hyggehytten og er kreative. Frem for alt skal vi have en rigtig hyggelig formiddag sammen! Mor og far er velkomne!

Tænd-selv bålhygge: Kom og nyd en hyggelig og afslappende stund omkring bålet i vores aktivitetsgård. Hvis ikke der allerede er tændt op i bålet, er du velkommen til selv at gøre det. Pandekage- og snobrødsdej kan købes i køkkenet!

Lån en kreakasse: Kom og lån en kreakasse i receptionen og lav dit eget lille kreative værksted. Lad dig inspirere af naturen og lav en perleplade, et armbånd eller en flot figur. Husk at aflevere kassen tilbage hver dag, så andre kan få glæde af den.



Aktivitetsprogram uge 42

Dag	Aktivitet	Tidspunkt	Pris	Tilmelding
Lørdag d. 10/10	Åbent MTB teknikhold - blå	13.30-15.30	Boende: 150,- Ikke-boende: 200,-	Ja
	Saunagus	20.30-21.30	Boende: 40,- (kun for boende gæster)	Ja
Søndag d. 11/10	MTB for børn - grøn	10.00-11.30	Boende: 75,-/barn Ikke-boende: 100,-/barn	Ja
	Yoga	16.30-17.40	Boende: gratis Ikke-boende: 50,-/voksen 30,-/barn	Nej
Mandag d. 12/10	Børneaktiviteter	10.00-12.00	Boende: Gratis (kun for boende gæster)	Nej
	Beat og Brøl koncert	15.30-16.15	Gratis	Nej
	Saunagus	20.30-21.30	Boende: 40,- (kun for boende gæster)	Ja
Tirsdag d. 13/10	Guidet MTB tur for familier	13.30-15.30	Boende: 150,- 250,- inkl. cykelleje Ikke-boende: 250,- 350,- inkl. cykelleje	Ja
	Pandekagehygge	19.00	Boende: 35,- pr. person	Nej
Onsdag d. 14/10	Børneaktiviteter	10.00-12.00	Boende: Gratis (kun for boende gæster)	Nej
	Demodag med Trail Surfers	11.00-14.00	Gratis	Nej
	Trailsurfing med Team Slettestrand	15.00-16.30	Gratis	Nej
	Sanketur og madlavning over åben ild	15.00-20.00	Boende: 225,-/voksen 105,-/barn* Ikke-boende: 395,-/voksen 205,-/barn * såfremt du er på ophold inkl. forplejning	Ja
	Yoga	16.30-17.30	Boende: Gratis Ikke-boende: 50,-/voksen 30,-/barn	Nej
Torsdag d. 15/10	Vandretur i Svinkløv klitplantage med svampesamling og bålfrøkost	10.00-15.00	Boende: 170,-/voksen 75,-/barn* Ikke-boende: 295,-/voksen 150,-/barn * såfremt du er på ophold inkl. forplejning	Ja
	Åbent MTB teknikhold - blå	13.30-15.30	Boende: 150,- Ikke-boende: 200,-	Ja
	Saunagus	20.30-21.30	Boende: 40,- (kun for boende gæster)	Ja
Fredag d. 16/10	Børneaktiviteter	10.00-12.00	Boende: Gratis (kun for boende gæster)	Nej
	Intro til MTB	10.00-12.00	Boende: 250,- Ikke-boende: 350,- Prisen er inkl. cykelleje	Ja
	Yoga	16.30-17.30	Boende: gratis Ikke-boende: 50,-/voksen 30,-/barn	Nej
Lørdag d. 17/10	Guidet MTB tur for familier	13.30-15.30	Boende: 150,- 250,- inkl. cykelleje Ikke-boende: 250,- 350,- inkl. cykelleje	Ja
	Saunagus	20.30-21.30	Boende: 40,- (kun for boende gæster)	Ja

Husk at nogle aktiviteter kræver tilmelding!

Kig forbi receptionen eller kontakt os på tlf. 9821 7044 eller mail@slettestrand.dk.