

Hindernissenparcours te Rijmenam Maandag 13 september 2010

Beste ouders en leerlingen **VIJFDES**

Op **maandag 13 september** verzamelen we om **8 uur stipt** aan de schoolpoort, **Markt 48**. We reizen met de bus naar Rijmenam (bij Mechelen).

In Rijmenam wacht op ons een uitdagende avonturentocht met 16 unieke hindernissen. Durf, doorzettingsvermogen, maar ook teamgeest en samenwerking staan centraal bij het doorlopen van elke hindernis over het water of hoog boven de grond.

Onze vijfdelingen worden opgesplitst in 10 groepen. Elke groep wordt begeleid door een leerkracht en bij elke hindernis is er deskundige hulp van één of meerdere monitoren van S.V.S. (Stichting Vlaamse Schoolsport).

Onze **terugkomst in Lokeren** is voorzien rond **17.30u – 18.00u**

Groepsindeling?

- zal volgende week uithangen op het prikbord aan de sporthal
- onthou je groepsnummer goed want dit is ook het nummer van je eerste hindernis!

Wat trek je aan tijdens de hindernissentocht?

- sportieve kledij die vuil mag worden is een must
- stevige sportschoenen
- **doe dit alles reeds aan om met de bus te vertrekken**
- een bril kan je best met een touwtje vast maken achter je hoofd

Wat is absoluut verboden?

- schoenen met hoge hakken, plateauschoenen,...
- uurwerken, kettingen, ringen,...

Wat breng je extra mee?

- regenkledij
- plastieken zak voor vuile kledij
- voldoende reservekledij en –schoenen voor de terugkeer
- handdoek en zeep; er is wasgelegenheid (géén douche)
- lunchpakket en drank; er is een middagpauze van 50'

Wat zal dit kosten?

- de prijs voor dit alles bedraagt ongeveer **€25**, te betalen via de schoolrekening.

Opmerking: *De sportdag is een verplichte schooldag, waarbij alle leerlingen aanwezig moeten zijn. Voor leerlingen die de dag zelf afwezig zijn én een doktersbewijs kunnen voorleggen, kan -op hun aanvraag- in terugbetaling van het inschrijvingsgeld worden voorzien tot maximum 14 dagen na datum van de activiteit en met een aftrek van een administratieve kost van 1/3 van de kostprijs !*

**“MET SPORTIEVE GROETEN”
DIRECTIE en LEERKRACHTEN LICHAMELIJKE OPVOEDING**