

# KNATTHOLMEN KYSTLEIRSKOLE 2025



Vi ønsker velkommen til en opplevelsesrik leirskoleuke!

Knattholmen kystleirskole ligger ved kysten utenfor Sandefjord by i Vestfold fylke. Gjennom vår leirskoleuke håper vi dere lærer mye, og får mange gode minner med i bagasjen fra Knattholmen.

Dette informasjonsheftet inneholder mange opplysninger som det er lurt å sette seg inn i. Jo bedre forberedt man er, desto bedre går gjennomføringen av uka, og den enkelte får mer ut av det som skal skje.

Hvis det er noe dere lurer på, er det bare å ta kontakt. Vi står gjerne til disposisjon med flere opplysninger.

**MED VENNLIG HILSEN**

Magne Svorstøl

Bestyrer

Tlf.: 33 48 31 30 / 975 14 037

[www.knattholmen.no](http://www.knattholmen.no) / [leirskole@knattholmen.no](mailto:leirskole@knattholmen.no)

# SLIK KAN EN UKE PÅ KNATTHOLMEN SE UT.

Aktivitetene skjer formiddag og ettermiddag i 3 timers økter, avbrutt av middag kl 12:30. De ulike gruppene roterer i løpet av disse dagene og gjennomfører forskjellige økter.

- 18:30 Kveldsmat
- Kiosk tirsdag og onsdag etter kveldsmat
- Vi har flytevester til alle

Fritid/frivillige aktiviteter styres av medfølgende klasselærere.

## MANDAG

- 12:00 Ankomst og innkvartering
- Kort info - Lærermøte 13:30
- Middag
- Elevaktivitet - elevene deles i tre grupper
- Gr.1: Info
- Gr.2: Bli-kjent tur
- Gr.3: Båttaktivitet
- Utfyllende læremøte mens elevene har aktiviteter
- 18:30 Kveldsmat
- Kveldssamling

## TIRSDAG, ONSDAG OG TORSDAG

- 08:30 Frokost
- Aktiviteter
  - Fiske
  - Klatring
  - Båttur
  - Livet i fjæra
  - Huska
  - Orientering/flåtebygging

## FREDAG

- 08:00 Frokost
- Pakking og rydding.
- Godkjenning av rom
- Superfredag.
- 13:00 Middag
- 14:00 Avreise



# HVA ER DET LURT Å TA MED SEG TIL KNATTHOLMEN?



Som du ser på ukeprogrammet, er det mye uteaktivitet. Da er det viktig å tenke på hva du må ha med deg. Du må ta hensyn til årstid, vær og temperatur.

Etter hvert som du har pakket kan du krysse av her:

**FOR AT ELEVENE SKAL VITE HVA DE HAR MED SEG, BØR DE PAKKE NED SELV. FORELDRE HJELPER TIL Å FINNE FRAM TØY OG UTSTYR.**

## KAN TA MED:

- Lommelykt
- Treningstøy
- Spill og hobby saker
- Kikkert
- Skateboard/rulleskøyter/sparkesykkel (HUSK HJELM)
- Lommepenger
- Dykkemaske / svømmeføtter
- Frisbee - vi har en 18-hulls frisbeegolfbane
- Badesko

## MÅ TA MED:

- Sengetøy; laken, putevar og dynetrekk, IKKE sovepose
- Regntøy,
- gummistøvler
- Vindtette ytterklær
- Lue, vanter, skjerf
- Toalettsaker
- Håndkle
- Badetøy
- Tykk genser/stilongs/ullsokker
- Joggesko
- Ekstra skift
- Fritidsklær m/skift
- Vannflaske/liten sekk Innesko

**ALT TØY BØR NAVNES.  
DET KAN BLI MYE KLÆR PÅ TØRKEROMMENE.**

**VED NOEN AV AKTIVITETENE MÅ DU REGNE MED Å BLI VÅT SELV OM DET IKKE REGNER! TA DERFOR MED SKIFT.**

## NOEN AV AKTIVITETENE



### LIVET I FJÆRA:

Det er mye spennende og interessant å finne i vannkanten. Med håver, vannkikkert og annet utstyr går vi på oppdagelsesferd i fjæra. Vi artsbestemmer det vi finner og kan studere det nærmere i mikroskop og lupe. Vi har et stort utendørs saltvannsakvarium på 3000 liter med mange forskjellige typer fisk og sjødyr.



### FJELLKLATRING:

Syd på øya er det en naturlig klatrevegg på om lag 8 meter. Her kan hele gruppa være aktivisert samtidig. Med klatreutstyr lærer man å sikre seg selv, sikre hverandre og rappellere. En spennende utfordring!

I tillegg har vi en klatrevegg på hovedhuset med ruter av ulike vanskelighetsgrader.

### FISKE:

Vi drar ut på fjorden med livbåt. Du får lov til å være med på å trekke ruse og teine. Dette pleier å gi en variert og spennende fangst. Noe av fangsten samler vi i det store akvariet. På fritiden har du også anledning til å bruke eget fiskeutstyr.



## ORIENTERING/FLÅTEBYGGING:

Elevene starter med å løpe stjerneorientering. Til sammen har vi lagt ut 15 poster. Når orienteringsdelen er gjennomført, blir det lagkonkurranse i flåtebygging. Lagene skal bruke tønner, stokker og tau for å bygge en flåte. Her blir det viktig med et godt samarbeid for å kunne lykkes. Det viktigste er ikke å vinne, men at alle deltar på en uforglemmelig flåteseilas!



## KJEMPEHUSKA:

Med kroppsssele på blir du heist opp så høyt som du har lyst og her får du virkelig kjenne på "magesuget". Kjempemuska er ca. 14 meter høy. Den beskrives av mange som "kul" og er et av ukas mest spennende høydepunkter.

## KANO:

På Kano lærer du om enkel padleteknikk, sikkerhet og samarbeid. Du får oppleve vestfolkystens perler på nærthold.



# HYTTER OG HUS, INNKVARTERING OG FRITID

Leirstedet har forskjellige internat-bygg med til sammen rundt 230 senger.

## VESTENFOR MÅNE - 6 ROM

5 rom, 4 sengeplasser  
1 rom, 6 sengeplasser

26 sengeplasser  
Vask på alle rom  
2 toaletter 4 dusjer

## ØSTENFOR SOL - 5 ROM

3 rom, 4 sengeplasser  
2 rom, 6 sengeplasser

24 sengeplasser  
Vask på alle rom  
2 toaletter 4 dusjer

## KLØFTA NORD - 2 ROM

1 rom, 4 sengeplasser  
1 rom, 6 sengeplasser

10 sengeplasser  
Vask på alle rom  
Toalett og dusj

## KLØFTA SØR - 2 ROM

1 rom, 4 sengeplasser  
1 rom, 6 sengeplasser

10 sengeplasser  
Vask på alle rom  
Toalett og dusj

## NORDAFOR - 12 ROM

10 rom, 4 sengeplasser  
2 rom, 6 sengeplasser

52 sengeplasser  
Tørkerom i 2. etg.  
Alle rom har dusj og toalett.  
Fellesrom

## SORIA MORIA - 10 ROM

6 rom, 4 sengeplasser  
3 rom, 6 sengeplasser  
1 rom, 8 sengeplasser

50 sengeplasser  
3 toaletter + 1 handicap  
8 dusjer i 2 dusjrom  
Vask på alle rom  
Stue med plass til  
ca. 30 personer

## JOHANNESBORG - 6 ROM

6 rom, 4 sengeplasser

24 sengeplasser  
4 dusjer. 1 toalett  
+ 1 Handicaptolalett  
med dusj  
Sittegruppe i fellesrom

## HAVGLØTT - 6 ROM

4 rom, 4 sengeplasser  
2 rom, 6 sengeplasser

28 sengeplasser  
2 toaletter

## STRANDSTUA NORD

1 rom med 3 sengeplasser  
(fam.køye)  
1 rom med 4 sengeplasser

7 sengeplasser  
Oppholdsrom med  
kjøkkenkrok  
Toalett og dusj

## STRANDSTUA SØR

1 rom med 3 sengeplasser  
(fam.køye)  
1 rom med 2 sengeplasser

5 sengeplasser  
Oppholdsrom med  
kjøkkenkrok  
Toalett og dusj





## RULLESTOLBRUKERE:

Knattholmen er godt egnet for rullestolbrukere. De fleste hyttene er på ett plan. Framkommeligheten ellers er god. Alle aktivitetene kan tilpasses rullestolbrukere.

## ALLERGI OG DIETTER:

Ved allergi/dietter ønsker vi beskjed i god tid før oppholdet. **Det er mulig å smøre niste ved brødmåltidene.** Ved innmelding av allergi/diett send inn følgende: Type allergi/diett foresattes navn og telefon nr.

- Direktnummer kjøkken 481 47 180
- E-post: [kjokken@knattholmen.no](mailto:kjokken@knattholmen.no)

## VÅRT UTEOMRÅDE:

Uteområdet har gode muligheter for fotball, sandvolleyball, bordtennis, fotballspill, 18-hulls frisbeegolf, skating og basketball. Det kan være lurt å ha med baller selv. Vi har også noen til utlån. På fritiden kan det etter avtale bli anledning til å bade, bruke robåt, kano og kajakk. Øya har også rike muligheter for stangfiske fra land.



## SPESIELLEBEHOV:

Spesielle behov (kosthold, bevegelseshemninger etc.) som krever tilrettelegging og tilpasninger, meldes tre uker i forveien.

## KIOSKEN:

Knattholmen har egen kiosk med noen vanlige kioskvarer, mineralvann og Knattholmens egen t-skjorte til kr. 175,- pr. stk.

Kiosken er åpen tirsdager og onsdager etter kveldsmat.

I kiosken kan du betale med kontanter, bankkort (ikke kredittkort)

Vi har vipps, men minner om at barn under 15år ikke kan vippe til lag, foreninger og bedrifter.

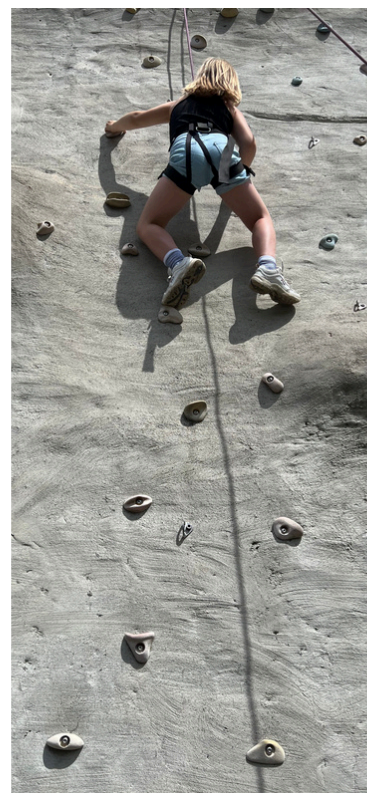
## ANKOMST:

Det er fint om dere ringer oss når dere tar av fra E18. Vi møter dere ved sнопlassen.

Bussen kan ikke kjøre over brua.

Vi nås på tlf. 33 48 31 30.

Gangavstand fra buss til leirskolen er ca. 500 meter og vi oppfordrer til å pakke i trillekoffert eller -bag for å lette denne turen.



# HJERTELG VELKOMMEN TIL KNATTHOLMEN KYSTLEIRSKOLE FOR EN SPENNENDE OG INNHOLDSRIK UKE!



Knattholmen leirsted og kystleirskole  
Natholmen 20  
3233 Sandefjord