

Preliminärt program Utblick 11–13 oktober

Version 1.1 den 2 juli 2019.



Välkommen till Isaberg Mountain Resort och världspremiären för Utblick, som är Friluftsförbundets nationella fortbildningshelg 2018. All information finns på webben WWW.FRILUFTSFRAMJANDET.SE/UTBLICK
Kontaktperson: Anna Kim-Andersson, tel 0708-205010

Utblick är en allergivänlig konferens avseende kost, lokaler, starka dofter och pälsdjur.



FREDAG 11 OKTOBER. EFTERMIDDAG OCH KVÄLL.

**** V ä l k o m m e n ****

**** 12.00-13.00 Öppningslunch ****

Bli friluftskock! Cook'n Fire. Helene; Light My Fire
13.00-16.30 | 20 platser | Föranmälan

Fånga friluftslivet med kameran. Cecilia, Outnorth
13.00-14.30 | 15 platser | Föranmälan

MTB Guidad tur. Pink Lady. Tommy & Andreas
13.00-14.30 | 12 platser | Föranmälan

Upptäck berget. Traillöpning. Anna
13.00-14.30 | 12 platser | Föranmälan

e-learning Allergisäkra äventyr + stormköksfika. FRALLA
13.00-14.30 | 15 platser | Föranmälan

Skogspysel med Skogsmullebarn. Karin G
13.00-14.30 | 15 platser | Föranmälan

Hjärt- och lunggräddning.
13.00-14.30 | 15 platser | Föranmälan

Olika friluftslivsförutsättningar. Mens & andra ting. Kim
13.00-14.30 | 15 platser | Föranmälan

**** 14.30-15.00 Fika ****

Workshop om framtidens ledarutbildning. Kristian
15.00-16.30 | 20 platser | Föranmälan

MTB Isabergs bästa utförsåkning. Marcus & Ulrika
15.00-16.30 | 12 platser | Föranmälan | Egen cykel

MTB Prova-på. ^A Dahn & Andreas
15.00-16.30 | 12 platser | Föranmälan

Paracord. Grunderna för att göra armband. Robert
15.00-16.30 | 12 platser | Föranmälan

Skogsbada. Outnorth, Cecilia
15.00-16.00 | 15 platser | Föranmälan

Workshop om eld. Utveckla din friluftsteknik. Adrian
15.00-16.30 | 15 platser | Föranmälan

Gör skillnad med ditt ledarskap! Susanne
15.00-16.30 | 25 platser | Föranmälan

Framtidens klimat och friluftsmeteorologi. Ulrika W
15.00-16.30 | 15 platser | Föranmälan

Om Friluftsförbundets friluftsmiljöprogram. Lotta, m.fl.
15.00-16.30 | 20 platser | Föranmälan

Isaberg Rodel Adventure.
15.00-17.30 | 40 platser | Rabatt, ca 55 kr/åk

Isaberg Höghöjdsbanan. Finns det intresse för denna aktivitet så kan vi förboka banan. Ca pris 270 kr/person. 15.00-17.30 | 20 platser | mejla info@regionost.se om du är intresserad, så snart som möjligt.

INVIGNING + STORFÖRELÄSNING

18.00 | För alla | Bergsalen | Ingen föranmälan.
Tema: Ledarskap och utveckling.

**** ca 19.00 MIDDAG med värd, mer information kommer ****

Isaberg i pannlampans sken. Christoffer
20.30-21.30 | Mer information kommer

^A Det tillkommer en mindre avgift för cykelhyra och Arenapass

^B Det tillkommer en mindre avgift för utrustning / farkost

LÖRDAG 12 OKTOBER. FÖRMIDDAG.

**** 07.00-08.30 Frukost ****

Bli friluftskock! Cook'n Fire. Helene; Light My Fire
08.30-12.00 | 20 platser | Föranmälan

Äventyrspedagogik i Skogsmulles skog. Lisa
08.30-12.00 | 20 platser | Föranmälan

Överlevnad, grunder och föda. Tommy
08.30-12.00 | 15 platser | Föranmälan

Fortbildning för kursledare. Christoffer & Carl
08.30-12.00 | 15 platser | Föranmälan

Mångfald, ungdomar, ledarskap. Lovisa/Hanna; LGO
08.30-10.00 | 25 platser | Föranmälan

MTB Prova-på. ^A Ulrika & Marcus ^B
08.30-10.00 | 12 platser | Föranmälan

Naturparkour. Prova-på. Pontus & Oskar
08.30-10.00 | 15 platser | Föranmälan

e-learning allergisäkra äventyr + stormköksfika. FRALLA
08.30-10.00 | 15 platser | Föranmälan

Skogsbada. Outnorth, Cecilia
08.30-09.30 | 15 platser | Föranmälan

Mer naturaktiviteter & lek med Knopp/Knytte. Marie W
08.30-10.00 | För barnledare | 20 platser | Föranmälan

Navigation med karta och kompass. Peter & Olle
08.30-10.00 | 20 platser | Föranmälan

Framtidens klimat och friluftsmeteorologi. Ulrika W.
08.30-10.00 | 15 platser | Föranmälan

Vår viktiga eld. För dig som är ledare för äldre barn. Evis
08.30-10.00 | 20 platser | Föranmälan

**** 10.00-10.30 Fika ****

MTB Prova-på. ^A Ulrika P och Marcus M
10.30-12.00 | 12 platser | Föranmälan

Föreningsutveckling, vässa valberedningen. Jennie K; SFR
10.30-12.00 | 25 platser | Föranmälan

Rörelseglädje med Skogsmullebarn. Marie
10.30-12.00 | För barnledare | 20 platser | Föranmälan

När du ska leda grupp som vandrar med hund. Katarina N
10.30-12.00 | 20 platser | Föranmälan

Upptäck berget. Traillöpning. Anna
10.30-12.00 | 12 platser | Föranmälan

Använd GPS i friluftslivet. Peter & Olle
10.30-12.00 | 20 platser | Föranmälan

Naturparkour, mer moves. Anna A, Pontus & Oskar
10.30-12.00 | 10 platser | Föranmälan

Hjärt och lunggräddning.
10.30-12.00 | 15 platser | Föranmälan

Fånga friluftslivet med kameran. Outnorth, Cecilia
10.30-12.00 | 15 platser | Föranmälan

Prova att sätta upp tarp & vindskydd. Adrian C
10.30-12.00 | 15 platser | Föranmälan

Gör skillnad med ditt ledarskap! Susanne
10.30-12.00 | 25 platser | Föranmälan

VI SKAPAR MERVÄRDEN TILLSAMMANS PÅ UTBLICK

Friluftsförbundets Shop finns på plats på berget.
Outnorth. Den digitala friluftslivs- och outdoorbutiken.
Light My Fire. Bli mästare i friluftslivets kök.
Bergans är Friluftsförbundets officiella klädpartner.
Studieförbundet. Vässa dig ihop med vårt studieförbund.
Smålands turism. Experter som stärker platsens attraktivitet.

**I livets ryggsäck
är kunskap
den lättaste
saken att bära**

MÖTEN I SAMBAND MED UTBLICK

RO-vision
Mer information om RO:s träff separat. | Föranmälan

Utvecklingsgrupp Vildmarksäventyr
Mer information om träffen separat. | Föranmälan

Mer information om allt som händer på Utblick kommer i slutet av augusti i samband med att vi öppnar för Utblicks deltagare att anmäla sig till pass.

www.friluftsframjandet.se/utblick



LÖRDAG 12 OKTOBER. EFTERMIDDAG OCH KVÄLL.

** 12.00-13.00 Lunch **

Kävsjön runt, Store Mosse Nationalpark. *Christoffer, Karin*
13.00–16.30 | 30 platser | Föranmälan

Första hjälpen i friluftslivet.
13.00–16.30 | 20 platser | Föranmälan

Föreningsutveckling & valberedningen. *Jennie; SFR*
13.00–14.30 | 25 platser | Föranmälan

Kanadensare – prova på.^B
13.00–14.30 | 10 platser | Föranmälan

När du ska leda grupp som vandrar med hund. *Katarina*
13.00–14.30 | 20 platser | Föranmälan

Workshop om eld. Utveckla din friluftsteknik. *Adrian*
13.00–14.30 | 15 platser | Föranmälan

e-learning allergisäkra äventyr + stormköksfika. *FRALLA*
13.00–14.30 | 15 platser | Föranmälan

Tältvandring med barngrupper. *Anna A & Andreas*
13.00–14.30 | 20 platser | Föranmälan

Workshop om ungt ledarskap. *Kim, m.fl.*
13.00–14.30 | 20 platser | Föranmälan

** 14.30-15.00 Fika **

Kanadensare – prova på.^B
13.00–14.30 | 10 platser | Föranmälan

Workshop om lokalt påverkansarbete. *Lotta m.fl.*
15.00–16.30 | 20 platser | Föranmälan

Vattenrening. Friluftsteknik. *Katarina*
15.00–16.30 | 20 platser | Föranmälan

Knoppar, att knyta & surra. *Robert*
15.00–16.30 | 12 platser | Föranmälan

Juridik för friluftsledare.. *Anna A.*
15.00–16.30 | 15 platser | Föranmälan

Terminsplanering Skogsmulle och skogens värld. *Karin G*
15.00–16.30 | 20 platser | Föranmälan

Olika friluftslivsförutsättningar. Mens & andra ting. *Kim*
15.00–16.30 | 15 platser | Föranmälan

17.30–19.00 UTBLICKS UTEHÄNG
Utställningar och mingel m.m. Mer information kommer.

**** ca 19.00 MIDDAG med värd, mer information kommer ****

ca 20.30 olika kvällsmingel

SÖNDAG 13 OKTOBER. FÖRMIDDAG.

** 07.00-08.30 Frukost **

Drop-in.- e-learning allergisäkra äventyr. *FRALLA*
08.00–12.00 | Titta förbi 30 minuter när det passar dig

Bli friluftskock! Cook'n Fire. *Helene; Light My Fire*
08.30–12.00 | 20 platser | Föranmälan

Första hjälpen i friluftslivet.
08.30–12.00 | 20 platser | Föranmälan

Fortbildning för kursledare. *Christoffer & Carl*
08.30–12.00 | 15 platser | Föranmälan

Kajakpaddling Prova-på.^B
08.30–10.00 | 10 platser | Föranmälan

Äventyrslekar för Strövare, Lufsare, TVM. *Tommy & Karin G*
08.30–10.00 | 20 platser | Föranmälan

Gående och rullstolsburna vandrar tillsammans. *Karin S*
08.30–10.00 | 15 platser | Föranmälan

Praktisk överlevnad. Vattenrening. *Katarina*
08.30–10.00 | 20 platser | Föranmälan

Kom igång med MTB i din lokalavdelning. *Ulrika, Marcus*
08.30–10.00 | 12 platser | Föranmälan

Morgonvandring utmed stränder.
08.30–10.00 | 20 platser | Föranmälan

Naturparkour. Prova på. *Pontus & Oskar*
08.30–10.00 | 20 platser | Föranmälan

Använd kniv och yxa. *Adrian*
08.30–10.00 | 15 platser | Föranmälan

Framtidens klimat och friluftsmeteorologi. *Ulrika W.*
08.30–10.00 | 15 platser | Föranmälan

** 10.00-10.30 Fika **

Kajakpaddling Prova-på.^B
08.30–10.00 | 10 platser | Föranmälan

Gående och rullstolsburna vandrar tillsammans. *Karin S*
10.30–12.00 | 15 platser | Föranmälan

Småkypssafari för barnledare. *Lisa*
10.30–12.00 | Barnledare | 20 platser | Föranmälan

Brant vandring – alternativ väg till toppen. *Anna*
10.30–12.00 | 20 platser | Föranmälan

^A Det tillkommer en mindre avgift för cykelhyra och Arenapass

^B Det tillkommer en mindre avgift för utrustning / farkost

VERKSAMHETSFOKUS PÅ UTBLICK

Allergisäkra äventyr. Astma- och allergiförbundets & Friluftsförbundet projekt FRALLA med stöd från Postkodlotteriet levererar Allergisäkra äventyr.

Let's Get Out. Mångfald, ungdomar och ledarskap, en satsning av Friluftsförbundet med stöd från Arvsfonden.

HÄR ÄR FLER VIKTIGA SATSNINGAR INOM FRILUFTSFRÄMJANDET SOM MEDVERKAR PÅ UTBLICK

- MENINGSFULL VÄNTAN • NATURPARKOUR
- ÄVENTYRSCYKLING • RÄTTEN TILL FRILUFTSLIV

LOKALT OCH REGIONALT VÄRDSKAP

Friluftsförbundet Region Öst tillsammans med Smålands turism och närliggande lokalavdelningar hälsar varmt välkomna till Isaberg.

UTBLICK – till nästa nivå.

Vad tar du med dig hem?

Låt äventyret börja.