



Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Het goede doel	4
Het programma (globaal)	5
De organisatie	5
Kosten	5
Sponsoring	5
Trainingen	6
Materiaal	6
De reis	7
Het hotel	8
Paklijst	8
Extra informatie	11
Verzekering	11

Voorwoord

Beste deelnemers, ouder(s) / verzorger(s),

Bijna 20 jaar geleden zocht het Blariacumcollege een uitdaging om concreet werk te maken van de gezonde school. Die uitdaging werd de Big Climb en het beklimmen van de Alpe d`Huez.

Dit geweldige project vindt dit jaar voor de achtste keer plaats. En voor de eerste keer gaan er leerlingen mee van alle scholen van OGVO. We hebben 16 mei de aftrap gehad van een bijna 21 weken durende training. 21 begeleiders gaan samen met 21 leerlingen de uitdaging aan om op 21 september 2024 de 21 bochten van de berg der bergen te gaan beklimmen.

OGVO wil leerlingen laten zien dat je zuinig moet zijn op je lichaam en dat je keuzes moet maken in je leven. Daar hoort ook een gezonde leefstijl bij.

Niet iedereen kan die keuze in zijn leven maken. Daarom gaan we ook geld inzamelen voor het goede doel Het Toon Hermans huis.

Met vriendelijke groet,

De organisatie Big Climb 2024
OGVO

Het goede doel



De Alpe d'Huez staat bekend om de strijd tegen kanker. De voorgaande jaren hebben wij ons dan ook gericht op goede doelen m.b.t. kinderkanker; denk hierbij aan Kika, stichting Loeka tegen osteosaroom, Villa Joep tegen neuroblastoom en in 2022 na de Corona hebben we een mooi bedrag binnengehaald voor Kidzbase. Een doel dicht bij huis en even los van kanker. Het Toon Hermans Huis heeft ons ieder jaar voorzien van fietsen om ons te helpen bij dit project. Nu willen wij graag iets terug doen en fietsen wij voor het Toon Hermans Huis zelf.

Je staat vol in het leven en geniet op jouw eigen manier, maar dan krijg je de diagnose kanker en dit zet je leven en dat van je naasten op zijn kop. Vanaf dit moment is onduidelijkheid en onzekerheid bepalend in je leven. Het krijgen van de diagnose kanker zorgt voor angsten en roept vragen op hoe je hier mee om kunt gaan. Vragen wat kanker mentaal met je doet, hoe je de ziekte een plaats kunt geven in je leven en hoe je zo goed mogelijk je leven op kunt pakken. Toon Hermans Huis helpt hierbij!

Op veel verschillende manieren proberen wij zoveel mogelijk geld bij elkaar te halen. Een van deze manieren is het zoeken van sponsors. Iedere euro die wij via sponsors binnen halen is voor ons belangrijk en gaat dit jaar rechtstreeks naar het Goede DOEL!

Het programma (globaal)

Donderdag 16 mei 2024 19.00 uur informatieavond leerling en ouders Health & RacketClub aansluitend 1e training spinning.

Zondag 1 sept 2024 07:30 uur Trainen in Zuid-Limburg verzamelen bij HRC parkeerplaats

Zondag 15 sept 2024 9:00 uur Laatste training buiten verzamelen bij HRC parkeerplaats

Donderdag 19 september 2024 04:00 uur Vertrek naar Frankrijk Verzamelen bij Juniorcollege.

Zondag 22 september 2024 21:00 uur Thuiskomst uit Frankrijk bij het Junior College.

De organisatie

Aanspreekpunt algemeen:

Gerard Jacobs gjacobs@ogvo.nl

Arlette Peeters apeeters@ogvo.nl en

Linda Hoeijmakers lhoeijmakers@ogvo.nl

Arts:

Toine Schuivens hapas@telfort.nl

Kosten

Dit jaar worden de kosten voor de reis en het hotel betaald vanuit een subsidie die de school ontvangt. Dat maakt dat we geen eigen bijdragen hoeven te vragen van leerlingen en begeleiders.

Sponsoring

Zoals je al hebt begrepen fietsen we ook voor een goed doel. Je gaat zelf op zoek naar sponsors. Elke deelnemer aan de Big Climb probeert 21 maal €21,- op te halen. Elke bocht van de Alpe d'Huez is namelijk €21,- waard. In totaal haal je dus € 441 op voor het goede doel.

Tijdens dit project zullen we ook een aantal gezamenlijke sponsoracties uitvoeren. En natuurlijk zijn vooral eigen initiatieven zeer welkom!

Doneren aan de Big Climb kan via de QR code:



Of door het geld over te maken aan:

NL88 INGB 0659 8370 56 t.n.v. Samenwerkingsstichting VO Regio Venlo onder vermelding van Big Climb 2024 - PR000028

Vraag je sponsors om je naam erbij te vermelden als kenmerk.

Trainingen

De trainingen vinden plaats op dinsdag, donderdag en zondagmorgen.

- dinsdag 17.30 tot 19.00 uur, verzamelen voor het Juniorcollege Blariacum
- donderdag 18.30 uur tot 20.00 uur, verzamelen bij HRC parkeerplaats
- zondag 9.00 uur tot 11.30 uur, verzamelen bij HRC parkeerplaats.

Als een gezamenlijke training om welke reden dan ook komt te vervallen, dan zal dit via de app tijdig bekendgemaakt worden. In principe gaat elke training door.

Materiaal

Wat heb je nodig? Uiteraard moet je een fiets hebben. Dit kan een wielrenfiets zijn, maar een mountainbike is ook goed. Let erop dat er minimaal twee bladen (tandwielen) vóór op je fiets zitten. Het hoeft geen super fiets te zijn, maar hij moet wel technisch in orde zijn. Je moet bij elke training/tocht verplicht een helm dragen. **Zonder een fietshelm geen training.** We raden je aan een fietsbroek (met een zeem) aan te schaffen. Je fietst met een ervaren begeleider. Vraag hem of haar om informatie, advies en tips!

De reis

Vertrekplaats: Blariacumcollege Blerick bij het Juniorcollege

Verzamelen: 03:00 uur donderdag 19 september bij Juniorcollege Vertrektijd: 04:00 uur

Terugkomsttijd: 21.00:uur zondag 22 september 2024

Woensdagmiddag 18 september:

tussen 16.00 uur en 18.00 stallen van fietsen en bagage op Blariacumcollege in de hal van het Juniorcollege te Blerick. We zoeken enkele vrijwilligers die willen helpen met het inpakken van de fietsen.

Dag 1 (donderdag 19 september)

03:00 Verzamelen, bagage en fietsen inpakken en inladen.

04:00 Vertrek Blerick bij het Juniorcollege Drie Decembersingel 40

Directe reis naar de Franse Alpen, stops onderweg in overleg. Reistijd circa 12 uren. Let op: zorg zelf voor je lunchpakket.

17:00 Geplande aankomst in Allemont, een plaatsje op 10 kilometer afstand van Le Bourg-d'Oisans, dat ligt aan de voet van de Alpe d'Huez.

17:30 Inchecken in hotel en fietsen installeren

19:00 Diner in hotel.

Dag 2 (vrijdag 20 september)

07:30 Ontbijt

09:00 Vertrek vanaf het hotel met de bus. We gaan de etappe verkennen, gevolgd door een wandeling door het dorpje Alpe d'Huez. Gelegenheid voor het kopen van een souvenir onderaan de berg in Le Bourg-d'Oisans.

12.00 uur vertrekken we weer vanuit Bourg D'oissan naar het hotel.

13.00 pastabuffet in hotel

14:00 Training in de omgeving

18:30 Diner in hotel

20:00 Gezellig samenzijn en op tijd naar bed!

Dag 3 (zaterdag 21 september)

07:30 Ontbijt en Lunchpakket maken

08:30 Voorbereidingen voor etappe

10:00 vertrek naar startpunt **Alpe d'Huez**

Rond 11.00 uur Start BIGCLIMB 2024

16:30 Terugkeer bij het hotel

19:00 Feestavond in hotel met barbecue

Dag 4 (zondag 22 september)

06:30 Ontbijt en maken lunchpakket

07:30 Uitschecken en inpakken bagage

08:00 Vertrek vanaf het hotel in Allemont

21:00 Aankomst en ontvangst bij het Juniorcollege

Het hotel

Auberge La Douce Montagne is een hotel-restaurant, schitterend gelegen in een vallei in de Franse Alpen vlakbij Alpe d'Huez.

Contactgegevens:

- Kevin en Carmen
- 450 route des Fonderies
Royales
- 38114 ALLEMONT (Isère) Frankrijk
- T: +33 (0)4 76 79 82 40
- M: info@ladoucemontagne.com
<https://ladoucemontagne.com/>

Paklijst

We gaan er vanuit dat iedereen maximaal 1 reistas/koffer bij zich heeft, die in de bagageruimte van de bus gaat. Daarnaast is het handig om reisbagage in een kleine tas (rugzak) bij je te hebben in de bus.

1. Handbagage (rugzak):

- paspoort of ID (identiteitskaart)
- medicijnen (die je die dag nodig hebt!)
- medicijnen tegen wagenziekte
- geld
- neem genoeg broodjes / boterhammen voor onderweg mee
- drinken
- kleine spelletjes, leesboek, stripverhaal, Sudoku e.d. voor in de bus
- oordopjes
- evt. snoep. (Niet te veel snoep om misselijkheid in de bus te voorkomen)
- slaap kussentje

2. Wielrenfiets of mountainbike. (deze gaat in de aanhanger van de bus)

- Reserve Binnenbanden

3. De volgende spullen gaan in de reistas/koffer in de bagageruimte van de bus: Fiets-outfit:

- het Big Climb fietsshirt
- wielrenbroek
- helm
- fietshandschoentjes, als je deze hebt
- fietsschoenen/sportsokken
- bidons
- fietsbril
- dunne trui om onder het fietsshirt te dragen en eventueel ook losse mouwen, het kan nl. erg koud zijn (of een thermoshirt)
- eventueel lange fietsbroek of lange sportbroek
- regenjack

Toiletspullen.

- jouw eigen spullen die je denkt nodig te hebben
- douchespullen
- 1 handdoek

Kleding:

- voor de avonduren/ontspanning; denk eraan dat het ook koud kan zijn.
- extra jeans en dikke warme trui.
- je hebt kleding nodig voor 3 dagen
 - Sokken
 - Ondergoed
 - Broek, shirts, vest
 - Badpak of zwembroek
 - De rest mag je zelf bedenken

Slaapspullen:

- Pyjama
- Jouw eigen knuffel!

Overig:

- bordspel
- gezelschapsspel
- leesboek
- telefoon en oplader
- fototoestel

Extra informatie

Natuurlijk is je begeleider (buddy) je eerste aanspreekpunt. Zorg dus ook dat je de contactgegevens van je begeleider hebt.

Wij zijn gedurende de reis telefonisch te bereiken op de volgende nummers:

00 31 (0)6 13065474 - Linda Hoeijmakers

00 31 (0)6 49211347 - Gerard Jacobs

00 31 (0) 646646686 - Arlette Peeters

Verzekering

Elke deelnemer is tijdens dit project door het Blariacumcollege verzekerd voor alleen de gevolgen van lichamelijk letsel voor zover die niet wordt gedekt door de ziektekostenverzekering van de ouder(s)/verzorger(s).

Schade aan fietsen of kleding is niet verzekerd en daarvoor is de school ook niet aansprakelijk. Wij raden elke deelnemer aan een eigen reisverzekering af te sluiten.

Aftermovie editie 2022

<https://youtu.be/L8IGMMd84u8>







