

A photograph of a person climbing a rock face. The person is wearing a dark shirt and blue climbing shoes. The rock is dark and textured. The text is overlaid on the image.

NYHETSBREV FOR NOVEMBER

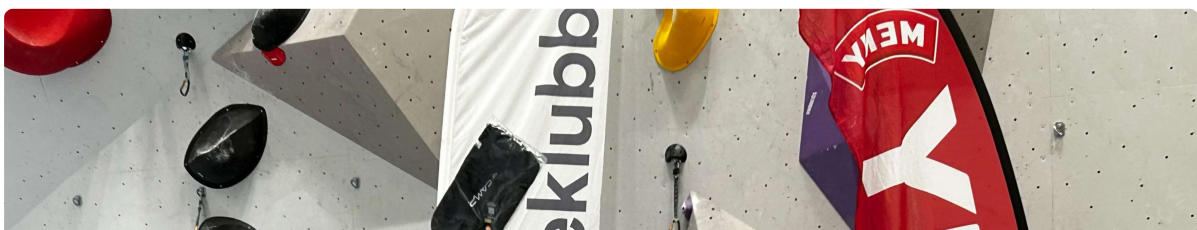
Siste nytt fra CKK

Siden du er registrert som medlem i CKK via Min Idrett, får du dette nyhetsbrevet. Hvis du ikke ønsker å få flere nyhetsbrev, finner du avmeldingsknappen helt i bunnen av dette nyhetsbrevet. Ellers kan du kontakte oss på [Facebook](#) eller [Instagram](#), så fjerner vi deg fra lista.

I denne månedens nyhetsbrev kan du blant annet lese om stolte prestasjoner både på Norgescup og Sørlandscup, julebord med CKK, parasamling, klubb-t-skjorter, og vår nye rabattavtale med VPG. God lesning!

*Klatrehilsen fra Charlotte Ekroll,
på vegne av CKK-styret*

🎉 **CKK til topps!** 🎉





Vi er superstolte av innsatsen til satsingsgruppa vår under Norgescup i Bergen i 23.-24.september.

PS: [Fædrelandsvennen](#) har også snappet opp nyheten!

Om helgen

10 glade og topp motiverte utøvere deltok på NC i Bergen i helga 23.-24.september.

Alle gjennomførte sine 3 kvalik-ruter med god stil på lørdagen.

Magnus (U20M) havnet på en 6. plass og sikret seg finaleplass.

Dag Asmund var best på alle 3 rutene, og sikret seg dermed en soleklar 1. plass i kvalifiseringen.

For de resterende 8 ble motstanderne for gode, men med litt mer trening kan det bli enda mer spennende i neste konkurranse.

Sjekk ut [nyhetssaken](#) på nettsiden vår for resultatene og presentasjon av begge satsingsgruppene våre.

Her er noen glimt fra en flott nasjonal samling for klatrere i Haugesund, helgen 10.-12.november. Klatring i klubbens klatrehall og parkour i idrettshall. Fint å treffe og klatre med paraklatrere fra ulike klatre klubber og veldig gøy med parkour!





Julebord med CKK

Velkommen til [julebord](#) med CKK **lørdag 9. desember kl. 19**, på Klatreverket!

Julebordkomiteen gleder seg til å feire jul sammen snart med et sabla trivelig program:

- 🗣️ Foredrag av Bjarte Vestøl
- 🎨 Bordbuldring
- 🏆 Konkurranser med premie
- 🍴 Julekoldtbord
- 🎵 Musikk og dans

Påmelding: Vipps 100 kr til #109492 (CKK). Husk å skrive navn ved påmelding! **Frist for påmelding er lørdag 2. desember.**

Kom og hent klubb-t-skjorte!

Som medlem i CKK får du en klubb-t-skjorte!

- Til hver 🇳🇴
- Gratis 😍
- Ikke rot i størrelsene 😊

Hentes under trappa på Klatreverket (Jørgen Moes gate 10)



Rabattavtale med [Vertical Playground](#)

Vi har fått landet en splittet ny avtale med VPG.no!

Rabattavtale for Christianssand Klatreklubb

Avtalekoden gir 20% rabatt på ordinære priser

Delta i konkurranse på vegne av CKK?

I høst innføres det at alle som er over 15 år og som skal delta i konkurranse på vegne av CKK må ha tatt kurset “Ren Utøver”. Dette gjelder NC/NM, Sørlandcupen og andre konkurranser der man stiller på vegne av klubben. Kursbevis sendes til vår antidoping-ansvarlig, [Lars Even](#). Kurset finner du [her](#).



Meld ifra til oss om kurs

Har du tatt kurs ([NKF-kurs](#)) for å øke din klatrekompetanse eller instruktørkompetanse? Da vil vi sette stor pris på om du melder i fra til kurs@ckk.no. Dette gjør det lettere for oss å holde en oppdatert oversikt over kompetansen i klubben, og det blir lettere for oss når vi skal søke midler.



Bilde hentet fra [NKF](#) sine sider.

Hva skjer?

Det er mange arrangementer for oss klatrere nå i de kommende ukene, hos både Klatreverket og Sørlandet Klatresenter. Her er en liten oversikt:

- 3.-30.november: [Taukonkurransen](#) på SKS
 - 18.november: Sørlandscupen runde 6 av 6, på KV ([senior](#) og [junior](#))
 - 24.november: [Quiz og klatrepub](#) på SKS
 - 8.desember: [Julejam](#) på SKS
 - 9.desember: [Julebord](#) med CKK på KV
-

Har du innspill til nyhetsbrevet, noe som kan bli bedre eller noe du selv ønsker å bidra med, for eksempel en klatrehistorie du vil dele? Alle tilbakemeldinger er velkomne!

[Send meg \(Charlotte\) en mail](#)

[cck.no](#) · [Facebook-gruppe](#) · [Avmelding](#)