



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Zwergencamp Naheland 2023

Das Erlebniscamp für Eltern mit Kindern von 3-8 Jahren in
Rheinland-Pfalz

Kindgerechte Entdeckungstouren rund um das Camp und viele weitere Erlebnisse wie Bogenschießen, eine Flusspiraten-Kanutour, Baumklettern und Felsklettern warten auf die Zwerge und ihre Eltern. Zusätzlich zu den Ausflügen bleibt noch ausreichend Zeit, um das Campleben im Zwergencamp zu genießen! Auch dies ist ein Erlebnis für sich, denn aufgrund des gemeinsamen Eltern-Kind-Programms und des Zusammenseins in der Gruppe findet jeder sofort Anschluss. Übrigens, ihr müsst nicht als komplette Familie teilnehmen, im FP-Zwergencamp sind selbstverständlich auch Alleinreisende mit Kindern herzlich willkommen.

Das Zwergencamp befindet sich auf dem Campingplatz Nahemühle bei Monzingen, einem historischen Weindorf am Fuße des Weinbergs „Monzinger Frühlingsplätzchen“. Auf dem Platz sind große Spielplätze für Kinder jeden Alters, weite Wiesen und „Plansch“-Möglichkeiten an der Nahe vorhanden.

Unser uriges Jurtencamp mit großem Speisezelt, gut ausgestatteter Campküche, Lagerfeuerzelt, gemütlichen Hängematten und Liegestühlen zum Entspannen und Kindersitzmöglichkeiten zum Spielen und Basteln macht euren Urlaub perfekt.

Das Naheland ist eine Weinlandschaft entlang des Flusses „Nahe“ zwischen dem Hunsrück und dem Pfälzer Bergland und zählt zu den sonnigsten Regionen Deutschlands. Das Gebiet ist als Urlaubsregion kaum bekannt und daher ein echter Geheimtipp!

Erlebnisreiche Aktivitäten für die ganze Familie

Das Zwergencamp Naheland ist speziell für Eltern mit kleinen Kindern im Vorschulalter konzipiert. Das Zwergencamp ist derzeit einzigartig in Deutschland.

Wir haben inzwischen die Erfahrung gemacht, dass selbst die jüngsten Kinder mit drei Jahren schon ganz eifrig und ehrgeizig bei den anspruchsvolleren Aktivitäten mitmachen, weshalb das Programm mittlerweile dahingehend deutlich aufgewertet wurde.

So können wir auch Geschwisterkindern über 6 Jahren das Zwergencamp empfehlen und auch für die Eltern gibt es beim Bogenschießen und Klettern zusätzliche Möglichkeiten, einmal an die eigenen Grenzen zu gelangen. Für Kinder unter 3 Jahren ist das Camp noch nicht geeignet, Kinder zwischen 3 und 4 Jahren können jedoch bereits bedingt - je nach persönlicher Entwicklung und Einschätzung durch die Eltern - an den Aktivitäten teilnehmen. Es gilt das Motto:

„Behutsam an die Aktivitäten heranführen, alles KANN, aber nichts MUSS gemacht werden“

Berg und Fluss erleben

Unser erstes Ziel ist der Hausberg direkt vor dem Campingplatz, der Weinberg „Monzinger Frühlingsplätzchen“. Auf einem abenteuerlichen Pfad - auf dem natürlich auch ein Schatz versteckt sein könnte - geht es fast 100 Höhenmeter nach oben. Dort erwartet euch eine grandiose Aussicht über das Nahetal und ein Picknickplatz, der zum längeren Verweilen einlädt.

Anschließend gehen wir zurück zum Campingplatz bzw. zum „Nahe-Beach“.

Hier warten verschiedene Spiele an einem Strand mit Kieselsteinen und seichtem Wasser auf euch. Wer baut die längste Murbelbahn, die höchste Steinpyramide, das schönste Miniaturfloß oder das schnellste Boot?



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Abenteuer Nahemühle: Baumklettern und Bogenschießen

Baumklettern auf riesige Bäume an verschiedenen schwierigen „Monkeys“, das sind spezielle Klettergriffe. Für die Kleinen haben wir spezielle Zwergen-Routen mit sehr eng gesetzten Griffen eingerichtet. Für Erwachsene steht auch eine längere und schwierigere Route zur Verfügung. Ihr klettert gut gesichert nach einer ausführlichen Einweisung zum Thema Sichern und Abseilen. Bogenschießen: Auch die Kleinsten können hier mit speziellen Pfeilen mit Saugnäpfen und kleinen Bögen wie die Indianer schießen und ihre Treffsicherheit unter Beweis stellen. Für die größeren Kinder stehen spezielle Kinderbogensets zur Verfügung, als Eltern schießt ihr mit professionellen Sportbögen auf unsere Zielscheibe. Der Abenteuertag findet auf einer Flussinsel des Campingplatzes statt.

Kleine Kanutour: Flusspiraten auf dem Glan

Flussabenteuer auf einem naturbelassenen aber nahezu strömungsfreien Abschnitt des Glan bei Meisenheim! Ihr erlernt spielerisch die Grundlagen des Kanufahrens. Die Zwerge sitzen bei euch mit im Boot und können - müssen aber nicht - mitpaddeln. Die Dauer der Kanutour kann je nach Wetter und Durchhaltevermögen der Kleinen flexibel sein.

Bei einer kurzen Pause in Meisenheim könnt ihr die gemütliche Altstadt mit vielen Fachwerkhäusern, engen Gassen und Eisdielen erkunden.

Schnupperklettern an den Kirner Dolomiten

Wir fahren zu den Kirner Dolomiten, ein idealer Klettergarten mitten in einem ursprünglichen Wald. Aufbauend auf eure Erfahrungen beim Monkeyklettern werdet ihr nun behutsam an das Felsklettern herangeführt. Die Kleinen können auf ganz leichten Routen die Felsen erklimmen, es gibt aber auch genügend Routen für ältere Kinder und Erwachsene. Ihr klettert „Top-Rope gesichert“, so dass auch garantiert niemand herunterfällt. Neben dem Klettern gibt es noch genügend Platz und Zeit zum Spielen, Toben und Entspannen.

Ein Tag zur freien Verfügung

Wir empfehlen euch den Barfußpfad in Bad Sobernheim. 3,5km lang mit vielen Attraktionen wie Lehmstampfbecken, Nahefurt, Boot und Hängebrücke. Die Strecke wird jährlich gepflegt und regelmäßig erweitert. Infos findet ihr unter: www.barfusspfad-bad-sobernheim.de
Ihr könnt euch aber auch am Camp oder am Nahestrand entspannen.

Anfahrten zu den Aktivitäten

Die Anfahrt erfolgt in Eigenregie mit PKWs in Fahrgemeinschaften (soweit möglich).

Berg und Fluss erleben: ca. 1km

Abenteuer Nahemühle: keine Anfahrt

Barfußpfad am freien Tag: ca. 10km

Kanutour Flusspiraten: ca. 20km

Schnupperklettern Kirner Dolomiten: ca. 15km

Unser Zwergencamp: Einrichtungen, Übernachtungsmöglichkeiten, Verpflegung

Einrichtungen im Zwergencamp

Unser gut eingerichtetes Jurtenzelt dient als Küchen- und Esszelt und bildet zusammen mit dem gemütlichen Lagerfeuerzelt den Mittelpunkt des Camps. Im Küchenzelt befindet sich eine gut ausgestattete Campküche mit Kühlschränken, Kaffeemaschinen, Sitzmöglichkeiten - auch für die Zwerge - und weiteren Einrichtungen. Hier habt ihr auch die Möglichkeit, Smartphones oder Tablets aufzuladen.

Kindertische und Picknickdecken können für Spiel- und Bastelaktionen genutzt werden!



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Verschiedene Spiele (Bewegungsspiele, Bälle, Kartenspiele sowie Bastelmaterial) stehen zur Verfügung!

Unser eigener „Hängemattenpark“, Kindertische und Liegestühle zum Relaxen ergänzen das Camp und laden zum Spielen und Erholen nach den Aktivitäten ein. Alle Einrichtungen sind während der Campzeit frei nutzbar.

Eine WLAN-Möglichkeit (öffentliches Netz „Freifunk Mainz“) befindet sich am Eingang des Campingplatzes.

Übernachtung auf dem Campingplatz in Zelten oder festen Unterkünften

Ihr könnt euer eigenes Zelt mitbringen, oder auch mit Campingbus, Wohnwagen bzw. Wohnmobil anreisen.

Alternativ kann ein Familien-Mietzelt für bis zu 4 Personen mit Vorraum und Schlafkabine ohne weitere Ausstattung von FP gemietet werden. Das Zelt ist fest aufgebaut.

Diese Zelte und auch euer eigenes Zelt stehen in direkter Campnähe. Euer Auto könnt ihr jeweils in unmittelbarer Nähe parken. Stellplätze für Wohnwägen, Wohnmobil, Campingbusse sind ebenfalls nahe am Camp.

Die Campingplatzgebühr ist NICHT im Camppreis inbegriffen, die Bezahlung der Campingplatzgebühr erfolgt vor Ort direkt an den Campingplatz (vgl. Nebenkosten). Die Reservierung des Zeltplatzes erfolgt automatisch gemäß eurer Campbuchung über FP.

Kleine Blockhütten für bis zu vier Personen, Wohnwagen oder auch Ferienwohnungen könnt ihr direkt über den Campingplatz mieten. Diese sind ca. 100m – 250 Meter vom FP-Camp entfernt und stehen an verschiedenen Stellen am Campingplatz.

Informationen und Buchung unter www.camping-nahemuehle.de

Verpflegung

Die gesamte Verpflegung einschließlich Kaffee und Tee ist im Preis enthalten. (Weitere Getränke können mitgebracht oder im Camp gekauft werden)

Frühstück: Kaffee, Tee, Kakao, Milch, frische Brötchen und Brot, Käse, Wurst, Schinken, Aufstriche, Eier, Honig, Marmelade, „Nutella“, „Müslizutaten“, Obst, Joghurt

Mittags: Mittagslunch – Brot, Gemüse, Obst, Eier, Salate,...(steht beim Frühstück zum Mitnehmen zur Verfügung)

Abends: Salatbuffet, Hauptspeise – auch immer vegetarisch, Nachtisch (z.B. Obstsalat, Bananenquark, selbstgemachtes Eis, gegrillte Bananen oder Ananas)

Die Mahlzeiten werden gemeinsam in der Campküche zubereitet. Vorbereiten, Kochen, Aufräumen und Spülen ist Aufgabe der ganzen Gruppe. Unsere Campleitung ist bei der Organisation des „Küchendienstes“ und auch bei der Zu- und Nachbereitung behilflich.

Vor Ort erhaltet ihr einen Wochenplan mit Rezepten, nach dem auch unsere Campleitung einkauft. Sämtliches Geschirr und sämtliche Küchenutensilien - vom Korkenzieher bis zum großen Gaskocher - werden von uns gestellt.

Wir haben eine „offene Küche“, auf die ihr grundsätzlich jederzeit zugreifen könnt.

Fleisch wird in der Regel beim regionalen Metzger eingekauft. Bei Wurst, Eiern, Käse und Milch bevorzugen wir regionale oder „Bio“-Produkte.



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Solltet ihr bezüglich des Essens bestimmte Wünsche oder Unverträglichkeiten haben, teilt dies bitte vor Ort der Campleitung mit und achtet eigenverantwortlich beim Kochen mit darauf, dass eine Extra-Portion gekocht wird. Die Gerichte können bei Bedarf entsprechend der zur Verfügung stehenden Lebensmittel zum Beispiel vegan oder laktosefrei angepasst werden. Bitte habt Verständnis, dass wir spezielle Lebensmittel (z. B. Sojaprodukte, Dinkelmehl-/nudeln, glutenfreie bzw. laktosefreie Lebensmittel) nicht im Rahmen der regulären Verpflegung anbieten können und diese bei Bedarf gegebenenfalls auf eigene Kosten besorgt werden müssen. Eigene spezielle Lebensmittel, die z. B. aufgrund von Unverträglichkeiten erforderlich sind, können jedoch gerne im Camp-Kühlschrank gelagert werden.

Termine 2023

Campwochen Termine, jeweils Sonntag bis Samstag:

25.06.-01.07.2023
02.07.-08.07.2023
06.08.-12.08.2023
13.08.-19.08.2023
20.08.-26.08.2023
27.08.-02.09.2023

Leistungen

- Geführtes und betreutes Aktivprogramm an vier Tagen
- Komplette Ausrüstung für das Aktivprogramm
- Nutzung des Camps inkl. Einrichtung
- Vollverpflegung aus der Campküche
- Speziell geschulte Campleitung vor Ort
- Corona-Sondereinbarung:

Die gebuchte Campwoche kann mit geeignetem schriftlichen Nachweis jederzeitig kostenfrei storniert werden, wenn:

- ⇒ sich einer der gebuchten Teilnehmer mit dem SARS-CoV-2-Virus infiziert hat (und nicht bis Reisebeginn wieder genesen ist).
- ⇒ für einen der gebuchten Teilnehmer eine behördliche Quarantäne-Anordnung während des Programmzeitraums vorliegt.

Die kostenfreie Stornierungsmöglichkeit bezieht sich jeweils auf die gesamte Familie!

Für alle anderen Stornierungsgründe gelten jedoch die bestehenden AGB, bzw. die bestehenden Stornogebühren, so dass der Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung dennoch weiterhin sinnvoll ist.

Soweit FP die Camps aufgrund behördlicher Vorschriften nicht durchführen darf oder FP erklärt, dass die Durchführung faktisch unmöglich ist, werden keine Stornogebühren erhoben.

Bitte beachtet, dass grundsätzlich mit steigenden Fallzahlen und coronabedingten Einschränkungen oder mit der behördlichen Verschärfung von Sicherheitsvorschriften zu rechnen ist! Dies allein ist kein Grund für eine kostenfreie Stornierung!

Die Einhaltung behördlicher Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie obliegt auch den Teilnehmern. Teilnehmer, welche gesetzliche Schutzmaßnahmen nicht einhalten können oder wollen, haben keinen Anspruch auf kostenfreie Stornierung.



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Preise

Pro Campwoche (jeweils Sonntag - Samstag)

Erwachsene	489 €
Kinder 3-5 Jahre	239 €
Kinder 6-8 Jahre	329 €

Optional: Mietzelt, Hütte

- Familien- Mietzelt für bis zu 4 Personen: 90 € / Campwoche
- Das FP-Zelt ist nur wochenweise (Sonntag – Samstag) buchbar und muss vorab mit der Campanmeldung gebucht werden. Die Bezahlung erfolgt mit dem Reisepreis.
- Blockhütten, Wohnwagen, Ferienwohnungen usw. auf dem Campingplatz können vorab direkt beim Campingplatz reserviert werden. Tel: 06751-7475; info@camping-nahemuehle.de

Eigenleistungen vor Ort

- Übernachtung auf dem Campingplatz, Nutzung der sanitären Anlagen bzw. sonstiger öffentlicher Einrichtungen des Platzes, welche nicht zum Familiencamp gehören. Es gelten jeweils die Preise des Campingplatzes www.camping-nahemuehle.de.
- Getränke, ausgenommen Tee und Kaffee. Getränke können selbst mitgebracht oder im Camp gekauft werden.
- Transfers zu den Aktivprogrammen (Eigenleistung)

Anforderungen – Alter der Kinder

Normale körperliche Konstitution, Campingfestigkeit.

Geeignet für Kinder von 3 bis 6 Jahren, für ältere Geschwisterkinder bis 8 Jahre und natürlich auch für deren Eltern.

Campablauf

- Die Anreise ist jeweils sonntags von 15 – 17 Uhr, die Campleitung ist ebenfalls ab 15 Uhr vor Ort.
- Das Camp beginnt mit der Begrüßung (Kennenlernen & Programmvorstellung) um 17 Uhr.
- Gegen 18.30 Uhr wird das Abendessen stattfinden, anschließend gemütliches Beisammensein im Lagerfeuer-Zelt.
- Der nächste und die folgenden Tage starten jeweils mit einem gemütlichen Frühstück um ca. 8.30 Uhr.
- An den Programmtagen wird jeweils gegen 10.30 Uhr aufgebrochen
- Am Mittwoch ist die Campleitung bis morgens bis 10 Uhr und abends ab 18 Uhr für euch vor Ort.
- Die Campwoche endet am Samstag gegen 10 Uhr nach dem Frühstück.

Reihenfolge und Zeiten der Programmtage

Montag:	Berg und Fluss erleben: 10.30-13.00 Uhr Berg incl. Picknick / 14.00-16.00 Uhr Fluss
Dienstag:	Abenteuer Nahemühle: 10.30-12.30 Uhr und 14.00-16.00 Uhr
Mittwoch:	Tag zur freien Verfügung (Empfehlung Barfußpfad)
Donnerstag:	Kleine Kanutour Flusspiraten auf dem Glan: 10.30 - ca. 15.30 Uhr
Freitag:	Schnupperklettern Kirner Dolomiten: 10.30 - ca. 15.30 Uhr

Die Reihenfolge ist festgelegt, ein Wechsel oder Tausch der Tage ist in der Regel nicht möglich!



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Frühere Anreise oder spätere Abreise: Längerer Aufenthalt auf dem Campingplatz

Selbstverständlich könnt ihr auch weitere Tage ohne Campnutzung auf dem Campingplatz bleiben oder früher anreisen, bitte informiert uns vorab. Das FP-Camp ist von Samstagmittag bis Sonntag, 15 Uhr geschlossen, in dieser Zeit können die Einrichtungen vom FP-Camp nicht genutzt werden. Die Nutzung bzw. Buchung des Camps ist nur in Kombination mit Programmteilnahme möglich.

Sonstiges

- **Hunde:** Grundsätzlich sind Hunde auf dem Campingplatz erlaubt. Allerdings müssen diese an der Leine geführt werden und dürfen nicht in unser Küchenzelt. Die Aktivitäten sind für Hunde nur bedingt geeignet. Soweit sich andere Gäste an eurem Hund stören sollten, haben deren Bedürfnisse Vorrang.
- **Zecken:** Wir empfehlen, den Körper auf Zecken zu kontrollieren, da Süddeutschland insgesamt als FSME-Risikogebiet gilt. Bitte informiert euch selbst bei eurem Hausarzt, ob eine Impfung ratsam ist.
- Die Erklärungen und Ansagen der Campleitung erfolgen in deutscher Sprache.
- Für Menschen mit eingeschränkter Mobilität ist eine Teilnahme bedingt möglich. Bitte nehmt Kontakt mit uns auf!

Gesamte Teilnehmerzahl pro Woche

Maximal 30 Personen; Mindestens 4 Personen

Die Aktivitäten werden gemeinsam mit allen Kindern und Erwachsenen durchgeführt.

Infos zur Region, Wetter und Klima

Region


Die zentral gelegene Hügellandschaft zwischen dem Hunsrück und dem Pfälzer Bergland – der Naturpark Sonnwald-Nahe - zählt zu den sonnigsten Regionen Südwestdeutschlands und ist als Urlaubsregion zwar kaum bekannt, aber ideal für Familien. Er umschließt auf kleinem Raum Landschaften, wie sie unterschiedlicher nicht sein könnten:

Herb schöne Hochflächen des Hunsrücks, Quarzitkämme des "sagenhaften" Soonwaldes mit seinen tief eingeschnittenen Bachtälern, Rebhänge im sonnenreichen und regenarmen Tal entlang der Nahe. Ausgangspunkt ist der Campingplatz Nahemühle bei Monzingen, einem historischen Weindorf am Fuße des Weinbergs "Monzinger Frühlingsplätzchen". Bad Sobernheim ist ca. 6km entfernt.

Ideen für Ausflüge an freien Tagen, an zusätzlichen Urlaubstagen oder nach den Aktivitäten

- Bad Sobernheim: Barfußpfad mit Hängebrücke und Freibad
- Idar-Oberstein: Edelsteinerlebnis und Schürffelder am Steinkaulenberg oder Historische Weiher Schleife mit Schürffeld, Spielplatz und Tretbootverleih
- Hängeseilbrücke Geierlay: Längste Hängeseilbrücke Deutschlands
- Bad Kreuznach: Brückenhäuser und Salinental mit Gradierwerken, dem größten Freiluftinhalatorium Europas
- Erlebnisbad indoor in Simmern oder Bingen
- Nationalpark Hunsrück-Hochwald

Wetter / Klima

Klima Idar-Oberstein (monatliche Durchschnittswerte)												
Max °C	4	5	10	14	18	22	24	24	19	14	7	3
Min °C	-2	-1	1	4	7	10	12	11	8	5	3	0
 in h	2	2	4	6	7	7	7	7	5	3	2	2
	Jan	Feb	Mär	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Unsere Empfehlungen für Ausrüstung und Bekleidung

Bekanntlich "gibt es kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung...", denkt deshalb beim Packen an wetterfeste Kleidung und Schuhwerk:

- Zelt (sofern keine andere Übernachtungsmöglichkeit gebucht)
- selbstaufblasbare Matte bzw. Luftmatratze (event. dünne Isomatte zusätzlich) (sofern eigenes Zelt bzw. FP-Mietzelt)
- Warmer Schlafsack und evtl. noch eine weitere Decke (sofern eigenes Zelt bzw. FP-Mietzelt)
- Strapazierfähige Kleidung bzw. Sportbekleidung für kältere und warme Tage
- Baby-Phone (mit großer Reichweite, WLAN nicht verfügbar)
- Badebekleidung (leicht zugänglich einpacken, damit ihr bei früherer Anreise baden gehen könnt)
- Regenbekleidung
- Badeschuhe, Trekkingsandalen oder festsitzende Schuhe, die nass werden können, für Kanufahren und „Plantschen“ an der Nahe
- Feste geschlossene Schuhe mit Profilsohle fürs Klettern
- Sonnencreme, Sonnenbrille, Sonnenschutz für Kopf
- Tages-Wanderrucksack (mind. 30l) für Aktivitäten (Brotzeit, Trinken, Bekleidung)
- Brotzeitdose, Trinkflasche für unterwegs
- Persönliche Reiseapotheke: z. B. Mückenschutz, Salbe gegen Insektenstiche, Sonnenbrand, Mittel gegen Kopfschmerzen, Durchfall, Erkältungen und Halsschmerzen
- Brillenband, Ersatzbrille, Ersatzkontaktlinsen (für Brillen- bzw. Kontaktlinsenträger)
- Taschenlampe/ Stirnlampe
- Tipp: nehmt ein Fahrrad mit, um auf dem Campingplatz fix von A nach B zu kommen
- Der Campingplatz ist sehr weitläufig – es empfiehlt sich ein Fahrrad mitzunehmen, soweit die Möglichkeit dazu besteht



Erlebnisse – Emotionen – Erinnerungen

Wichtige Informationen für eure Anreise zum Zwergencamp Naheland

(Tipp für unterwegs: druckt euch diese Seite aus und packt sie zu euren Buchungsunterlagen für eure Anreise oder speichert sie auf eurem Smartphone!)

Adresse Campingplatz:

Camping Nahemühle, Nahemühle 1, 55569 Monzingen

<http://www.camping-nahemuehle.de>

Google.maps-Link:

<https://goo.gl/maps/PfExARjXvRuRF9GY7>



Auf der B41 (Bad Kreuznach-Idar-Oberstein) bis Monzingen.
Bei Monzingen über die Bahnlinie in Richtung Merxheim (an der Ampel links).
Direkt hinter den Bahngleisen rechts bis zum Campingplatz.
Sperrzeiten Campingplatz für Autos: 13-15 Uhr, 22-7 Uhr

Bitte plant eure Anreise so, dass ihr zwischen 15 und 17 Uhr am Campingplatz ankommt. Vorher ist unsere Campleitung noch nicht vor Ort und eine Platz- und Zeltbelegung daher ebenso nicht möglich.

Bitte meldet euch an der Rezeption des Campingplatz und teilt mit, dass ihr zum Zwergencamp anreist. Ihr werdet dann dort zu unserem Camp geleitet.

Zu früh angekommen? Unser Tipp:

Packt Badesachen leicht zugänglich im Auto ein, um bei früherer Anreise schon einmal Baden gehen zu können!

**Notfallnummer des Büros am Anreisetag
zwischen 14 und 17 Uhr:**

09126/293-100

Die Nummer der Campleitung erhaltet ihr vor Ort!