



Camp Norway

Nord-Jysk

Innlands-O

HEDMARK O-KRETS
OPPLAND O-KRETS

11.-14. mars 16-25 år

Innbydelse

Neste Camp Norway samling arrangeres i forbindelse med Nord-Jysk 2dagers 11.-14. mars i nærheten av Hirtshals, og Innlands-O har selvfølgelig et opplegg for utøverne fra Innlandet!

Opplegg

Alternativ 1 – Hovedopplegg

- ✓ Avreise med ferge fra Oslo 19.30 **torsdag kveld**. Aktivitetskoordinator Sondre Gullord og trener Kjell Magne Nordvi vil være med her.
- ✓ Overnatting og koldtbordmiddag på båten, fremme i Fredrikshavn 07.30 fredag morgen.
- ✓ 2 Camp Norway treninger fredag
- ✓ 1. løp i Nord-Jysk 2dagers lørdag
- ✓ 2. løp i Nord-Jysk 2dagers søndag
- ✓ Avreise med båt fra Hirtshals søndag kl. 17.30
- ✓ Ankomst båt Larvik 21.15

Pris: ca 1500 kr

Alternativ 2 – Opplegg Anders Skjeset

- ✓ **NB!** Her har vi bare tre ledige plasser! Førstemann til mølla...
- ✓ Sitter på med Anders Skjeset, og har avreise med ferge fra Oslo 19.30 **onsdag kveld**.
- ✓ Overnatting og koldtbordmiddag på båten, fremme i Fredrikshavn 07.30 torsdag morgen.
- ✓ 2 Camp Norway treninger torsdag
- ✓ 2 Camp Norway treninger fredag
- ✓ 1. løp i Nord-Jysk 2dagers lørdag
- ✓ 2. løp i Nord-Jysk 2dagers søndag
- ✓ Avreise med båt fra Hirtshals søndag kl. 17.30
- ✓ Ankomst båt Larvik 21.15

Pris: ca 1800 kr

Overnatting

Første natt vil deltakerne på begge oppleggene overnatte på båten fra Oslo til Fredrikshavn.

I Danmark vil vi bo på Fyrklit Feriesenter i Hirtshals. Du finner hjemmesiden til feriecenteret her: <http://www.danland.dk/feriecentre/hirtshals>. Feriesenteret har innendørs badeanlegg og mange andre fasiliteter. Check it out! ☺

Transport

Deltakerne må selv sørge for transport (dvs. bil) som skal med båten og benyttes i Danmark. Det er viktig at alle har avtale med bil allerede ved påmelding, og de som kjører melder på bilen ved påmelding! Både jeg og Anders har ledige plasser, så det er alltid mulig å spørre 😊

Trenere

Både Kjell Magne Nordvi og Anders Skjeset vil være med som trenere for Innlands-O på denne samlingen. Anders drar nedover onsdag kveld, mens Kjell Magne er med på hovedopplegget fra torsdag kveld.

Treninger

Vi vil delta på Camp Norway treningene i regi av forbundet. Treningene vil holde høy kvalitet, og vil gå i det terrenget som er mest likt terrenget for uttaksløpene i Danmark senere i sesongen.

Nord-Jysk 2dagers

Lørdag og søndag vil vi delta i løpene i Nord-Jysk 2dagers, som går i nærheten av ferisenteret vi bor på. Du finner innbydelsen til løpene her:

http://nordjysk2dages.dk/index.php?option=com_content&view=article&id=81&Itemid=40&lang=da

NB! Deltakerne må selv melde seg på løpene i Nord-Jysk 2dagers, siden påmeldingene skal gjøres klubbvis med kontaktperson i hver enkelt klubb. Påmeldingsfristen er 26. februar.

Bespising

Deltakerne vil få koldtbordmiddag på båten på vei nedover til Danmark (dette blir bestilt og inngår i prisen!). I Danmark ordner utøverne selv med mat, og leilighetene på ferisenteret har full kjøkkenutrustning 😊

Påmelding

Du melder deg på samlinga til Sondre S Gullord per mail (sondre.gullord@hotmail.com) eller telefon (95 79 33 24) innen **onsdag 20. januar!** Jeg bestiller både båtreisene med middag og overnatting, overnatting i Danmark og treninger for dere 😊

Påmeldingsfristen er satt såpass tidlig for at vi skal være helt sikre på å få komme med på kvoten forbundet har søkt treningstillatelse for, og sikre oss fergebilletter og overnatting. Mange nordmenn vil ta turen til Danmark denne helgen...

Fravær fra skolen

Selv om Camp Norway vil ha treninger allerede torsdag i Danmark, vil ikke dette inngå i Innlands-Os hovedopplegg. Dette er for at utøverne ikke skal få for mye fravær ved å delta på Innlands-Os aktiviteter.

Deltakerne på samlingen i Portugal i februar vil måtte be seg fri fra skolen i 4 dager, men for de som ikke skal være med her og har et sterkt ønske om å delta på hele Camp Norway i Danmark, tilbyr vi allikevel noen plasser med trener Anders Skjeset fra onsdag kveld.



Fyrklit feriesenter