



SOMMERLEIREN 2010

– o-teknikk og nye venner i nytt terreng

Vi gir oss aldri. Vi holder stand og vil også i år invitere ivrig orienteringsungdom til en liten uke med mye morsom og høykvalitets o-teknisk trening og spennende aktiviteter. Det hele pakket inn i en flott sosial ramme i flotte omgivelser på Finnskogen.

Finnskogen er et skogsområde mellom Elverum og Kongsvinger. Vi entrer skogen med base på Finnskogen villmarkssenter.

Når: Mandag 21. juni – fredag 25. juni. (Mulighet for å komme på tirsdag for de som måtte ønske det)

For hvem: 40-45 ivrige, flotte ungdommer mellom 17 og 22 år som ønsker å møte nye og gamle kjente for en avslappende uke med et profesjonelt orienteringsteknisk tilbud.

VIKTIG INFORMASJON

PRIS: 2000,- (faktureres klubbene i etterkant)

TRANSPORT: Meldes inn ved påmelding, helst privatbiler for de som har mulighet, slik at vi får alle trygt til o-festivalen. Ellers melder man fra hvor langt man kommer på egenhånd)

PÅMELDING: til sommerleir2010@gmail.com med NAVN, KLUBB, ALDER, TLF, TRANSPORT og evt. allergier. Frist: 1. juni.

Program orienteringsteknisk trening Sommerleir 2010.

Dag	Formiddag	Ettermiddag
Mandag	Ankomst	Langdistanse (10km + 6km)
Tirsdag	Kurve orientering	Knock-out kano-o
Onsdag	Stafettrening (1:2500)	Sprint
Torsdag	Kortdistanse	Retningsorientering
Fredag	Avreise	-----

Økter i rødt er med startliste og premiering.

Foruten dette vil det være mange andre aktiviteter å ta seg til. Blant annet paintball, tennis, minigolf, padling og en del konkurranser som vil foregå gjennom hele uken. Alt vil bli premiært.

Velkommen!

Hilsen Kristian Ruud og de andre lederne.

