



PM Camp Kratov 2013

Här hittar du allt du behöver veta, informationen kommer att uppdateras kontinuerligt fram till lägrets start.

Incheckning & Logi

Förläggningen på Jändelskolan öppnar kl 17:00 fredagen den 15:e mars. Boendet är fördelat på 10 klassrum som ligger i anslutning till matsalen. Fördelningen av klassrum finns uppsatt på Informationstavlan i entrén. Namnlistor på de boende finns uppsatta utanför respektive klassrum.

Det går också bra att checka in senare på kvällen efter Stjärnnatten för er som åker direkt till natt-tävlingen.

Ni hittar Jändelskolan efter 500 m på höger sida om vägen, när ni från E22:an i Jämjö svänger söderut mot Torhamn.

Idrottshallen och omklädningsrum ligger i en intilliggande byggnad.

En fri parkering finns utanför skolan.

Klassrummen ska tömmas och städas på söndagen innan avmarschen till Vildmarksslitet. Städutrustning kommer att delas ut.

Säkerhet OBS! Viktigt!

Entrén till matsal och förläggning kommer att vara låst/vaktas under hela lägret. Vakter kommer att finnas dygnet runt.

Värdesaker kan lämnas på förläggningen under träningspassen, alternativ tas med till träningarna.

Värdesaker får absolut inte lämnas i omklädningsrummen då dessa inte kommer att vara låsta. Under knock-out-OL måste ni ta in värdesakerna till idrottshallen..

Det kommer inte att vara tillåtet att lämna Camp-området efter kvällsfika på fredagskvällen, respektive efter middagen på lördag kväll.

Fredag

Program

Kl 17:00 Förläggningen öppnar för incheckning

Kl 18:00 Avresa till Stjärnnatten, Korpavallen Torhamn

Kl 19:00 Start Stjärnnatten, Se separat PM.
Dusch och ombyte på Korpavallen.

Kl 21:00 Kvällsfika, Matsalen
Lägergenomgång

Kl 21:30 Ledarträff i Matsalen

22:30 Vila

Lördag

Väckning 07:30

07:45-08:30 Frukost

09:30 Gemensam joggning till Teknikpass 1, Åby
Momentbana: Kurvbild, kratov-korridor, vego-OL, supersprint, kompassöar

10:00-10:30 Start, se separat startlista (ingen tidtagning, ingen sportident)
Mål vid starten. Enskild nedjogging tillbaka till förläggningen.
Dusch och ombyte i Idrottshallen.

12:00 – 13:00 Lunch Matsalen

14:00 Gemensam jogging till Teknikpass 2, Kråkerum
Labyrint-OL.

14:30-14:45 Start, se separat startlista (ingen tidtagning, ingen sportident)
Mål vid Orionstugan, enskild jogging tillbaka till förläggningen.
Dusch och ombyte i Idrottshallen.

16:00 Anmälan ska vara klar för Vildmarksslitet, se PM Vildmarksslitet

17:00-18:00: Middag, Matsalen

18:15-20:00 Knock-out Nano-OI Idrottshallen. Startlista anslås under dagen på
Informationstavlan.

20:30 Kvällsfika, Matsalen

21:00-22:00 After Run, Matsalen

22:30 Vila

Söndag

07:45 Frukost

Klassrummen städas töms. Väskor i korridoren.

09:20 Gemensam joggning till starten för Vildmarksslitet

10:00 Start Vildmarksslitet, se separat PM
Mål strax intill Jändelskolan. Dusch och ombyte i Idrottshallen.

12:00-13:00 Lunch, Matsalen

13:00 Summering och vi ses!