



Skogsluffarnas OK



Inbjudan till StOF:s Sommarläger

Lördag och söndag 28 - 29 maj 2016

Plats: Stora Sköndal
Arrangör: Skogsluffarnas OK

Program

Lördag

10:00	UP-sprinten
12:00-14:00	Lunch
15:30	Äventyrsjakten
16:30	Möjlighet till teknikträning
17:30-19:30	Middag
19:00	Aktiviteter vid tälten

Söndag

7:30-9:00	Frukost
10:00	Lägerstafetten

- Hitta** Alla lägeraktiviteter kommer ske i och omkring Stora Sköndal. Vägvisning med skärmar från Sköndalsvägen – Nils Lövgrens väg. Det går smidigt att ta sig till lägret kollektiv. Från Gullmarsplan, buss 188 eller från Farsta strand buss 181. Kliv av vid hållplats Stora Sköndal. Karta med mer detaljer kommer att presenteras i PM som kommer läggas upp på Eventor.
- Bo** Tältning sker klubbvis på anvisade platser på gräset nedanför Stora Sköndals kyrka. Incheckning och tältuppsättning sker lämpligast efter UP-sprinten. Det kommer finnas möjligheter att köra ner stora tält etc. från parkeringen till tältplatsen. Varje klubb beställer önskat antal tältplatser. En tältplats är 8*4 meter. Eldningsförbud råder på campingplatsen. Mer information om tältresningen kommer att presenteras i PM.
- Mat** Lunch, middag och frukost kommer att serveras inomhus i direkt anslutning till tältplatsen. Restaurang Magnolia lagar maten och ett matpaket med alla tre måltider kostar 200 kronor per person. För lunch efter söndagens lägerstafett kommer det finnas sedvanlig marka med våfflor, grillat och smörgåsar vid arenan. Lättare marka med dricka, fika och snacks kommer även finnas vid UP-sprintens målplats och vid tältplatsen.
- Sanitet** Badplats finns vid lägerplatsen. Badning skall ske under uppsikt av respektive klubbledare. Tillgången till duschar är begränsad, men under lördageftermiddag/kväll kommer dusch/bastu vid Skogsluffarnas klubbstuga Brotorp att hållas öppen. Avståndet från tältplatsen till Brotorp är ca. 2 km. Det går att ta sig dit till fots eller med bil. Toaletter och tillgång till dricksvatten kommer finnas i direkt anslutning till tältplatsen.

Tävlingar/träningar

UP-sprinten

Sprinttävlingen kommer gå i koloniområde/parkskog/bostadsområden.

Kartskala 1:4000. Ekvidistans 2,5 meter.

Målet kommer var placerat ca. 2 km från parkeringen och tältplatsen. På väg från parkeringen till målområdet kommer starten passeras.

Tävlingen ingår i StOFs ungdomspriser (UP).

Tävlingsklasser; D10, D12, D14, D16, H10, H12, H14, H16, Ins, U1 och U2.

Lottade starttider mellan 10:00 och 11:00.

Äventyrsjakten

Fem "sträckor". Alla startar samtidigt. Rolig bokstavs jakt på tid med klurigt slut. Arenan kommer ligga 300 meter från tältplatsen. Skuggning är tillåten för inskolningslöpare.

Rekommenderad lagsammansättning

<u>Sträcka</u>	<u>Nivå</u>	<u>Antal löpare</u>
Str 1	Inskolning	1-3
Str 2	HD10	1-2
Str 3	HD12	1-2
Str 4	HD14-16	1
Str 5	HD14-16	1

Teknikträning

Direkt efter äventyrsjakten finns möjlighet till teknikträning för de som vill. Övningar på orange och violett nivå kommer finnas. Träningspaketen delas ut i samband med incheckning vid tältplatsen. Klubbarna uppmanas coacha sina ungdomar i val av övningar och uppföljning av träningen.

Lägerstafett

Första start kl. 10:00. Skala 1:10 000. Ekvidistans 4 meter. Arenan kommer ligga 300 meter från tältplatsen. Klasser, ungefärliga banlängder och svårighetsgrader.

<u>Klass</u>	<u>Sträcka</u>	<u>Längd</u>	<u>Nivå</u>
Inskolning:	Str 1*	2,0 km	Grön (rak)
	Str 2	2,0 km	Grön (rak)
Lilla lägerstafetten (HD12)	Str 1	2,5 km	Gul (gafflad)
	Str 2 **	2,0 km	Vit (rak)
	Str 3	2,5 km	Gul (gafflad)
Stora lägerstafetten (HD16)	Str 1	3,5 km	Röd (gafflad)
	Str 2 ***	2,5 km	Gul (rak)
	Str 3	3,5 km	Röd (gafflad)

* upp till två löpare tillåtna. Skuggning tillåten.

** upp till tre löpare tillåtna. Skuggning tillåten.

*** upp till tre löpare tillåtna.

Avgifter	Tältplats (8x4 m)	300 kr
	Matpaket (lunch och middag lördag, frukost söndag)	200 kr
	Anmälan UP-sprinten	75 kr
	Anmälan äventyrsstafetten (per löpare)	30 kr
	Anmälan lägerstafetten (per löpare)	50 kr
	Teknikträningsspaket (per löpare)	40 kr
	Hyra SI-pinne (hela lägret)	50 kr

Anmälan Fyra separata anmälningar ska göras

1. Sprinttävlingen lördag morgon: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*

Direktlänk, <http://eventor.orientering.se/Events/Show/12209>

2. Äventyrsstafetten lördag eftermiddag: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*. OBS! För att se tävlingen så måste "inkludera närtävling" väljas i Arrangemangstyp. Använd denna länk för att komma till anmälan.

Direktlänk, <http://eventor.orientering.se/Events/Show/15776>

3. Lägerstafetten söndag förmiddag: *Tävlingsanmälning via "Eventor"*

Direktlänk, <http://eventor.orientering.se/Events/Show/12210>

4. Lägret i övrigt, dvs. tältplats, mat, teknikträning etc. *Anmälan via "Klubbaktivitet" i Eventor*. OBS!

Direktlänk, <http://eventor.orientering.se/Activities/Show/4980>

Ordinarie anmälan för alla aktiviteter senast söndagen den 22 maj klockan 23.59. Till sprinten och Lägerstafetten går det även att efteranmäla till 50% förhöjd avgift senast onsdagen den 25 maj 23:59.

Kontakt Peter Claesson (0730-699901), (peter.claesson@llentab.se).

Varmt välkomna hälsar

Skogsluffarnas OK