



VÄLKOMMEN TILL O-CAMP 2017!

Lite information om vad som kommer att ske under lägerveckan.

I år kommer ungefär 140 deltagare under årets upplaga av O-CAMP, utöver klubb- och O-CAMPledare, inta Saltemad Camping Borås den 18 juni.

Incheckningen kommer ske mellan klockan 15:00-16:00. Middag serveras framåt kvällen, därför bör man komma med lunch i magen vid incheckningen. Vi kommer under tiden från incheckningen fram till middagen erbjuda flertalet roliga aktiviteter.

Under lägerveckan kommer deltagarna få vara med om allt från en otrolig sprintstafett, tuffa träningar och militäriska utmaningar. Lägret kommer innehålla fyra orienteringstekniska träningar fördelade på tre träningsdagar; måndag, tisdag och onsdag.

På söndagen kommer deltagarna delas in i militärförband vars första uppgift är att tillsammans springa en sprintstafett.

Under måndagen kommer vi att befinna oss på Kransmossen en hel träningsdag. Tisdagen spenderar vi på Rya Åsar för en tuff träning följt av den andra övningen i militärförbanden. Under onsdagen är det dags för slutövning och senare under eftermiddagen äger den tredje träningen rum i området kring Elfsborgsbacken.

På kvällarna kommer det bjudas på mossfotboll, såpabandy, extraträningar, studiecirkel med kartgenomgång, disc-O, föreläsning av Hanna från Ungoteket, och massor med andra roliga aktiviteter.

Lägret avslutas på torsdagen klockan 14:00 och innan utcheckning ska rummen städas. Det kommer finnas aktiviteter hela dagen och en avslutning som ingen vill missa!

För klubbledarna kommer det varje kväll hållas en ledarsamling, ca **kl. 21:00**, där det ges möjlighet att ge feedback på träningarna och övriga aktiviteter, ta upp frågor som uppstått under dagen eller där vi O-CAMPledare ber om hjälp med till exempelvis bemanning av stationer på utmaningsdagen eller med uppföljning av deltagare. Viktiga tider för morgondagen kommer även att gås igenom så att klubbledarna kan informera deltagarna om vad som händer under följande dag. Tider för dagens aktiviteter kommer även att sitta uppe i receptionen.

För de klubbar som har flera klubbledare under veckan, s.k. "roterande ledare", se till att rätt ledare får rätt information. Det underlättar för alla om den ledare som ska vara med på t.ex. tisdagen är med på måndagskvällens klubbledarsamling.





Allergi! På lägret kommer det finnas deltagare som är allergiska mot nötter. Detta innebär att lägret kommer vara **helt nötfritt**. Det kommer inte finnas något från oss innehållande nötter på lägret och uppmanar alla deltagare att inte ta med nötter eller något innehållandes nötter. Vi vill inte ha några onödiga incidenter så respektera detta.

O-trolig Tröja! Vi har till i år beställt in helt nya lägertröjor till O-Camp och dem kommer vi att ha till försäljning under lägret för 220 kr. Vill ni veta hur den kommer att se ut så håll utkik på vår Facebooksida och vår Instagram för där kommer vi innan lägret att lägga upp en förhandsvisning av dessa grymt snygga och nya tröjor. Under lägret kommer det även att finnas en kiosk där vi bland annat kommer att sälja godis och dricka. Betalning i kiosken sker med kontanter eller swish.

Packningslista med saker som kan vara bra att ha med sig till lägret:

- Flera uppsättningar träningskläder
- Joggingskor och OL-skor
- SportIdent och kompass
- Rygsäck att ha med sig ut på träningarna
- Varma överdragskläder
- Vattenflaska
- Discokläder
- Fickpengar till kiosken och/eller lägertröjan
- Handduk
- Hygienartiklar
- Sängkläder (gäller de som valt vandrarhem)

Har er klubb inte betalat in anmälningsavgiften för deltagare och ledare än så ber vi er att göra det så snart som möjligt.

Vi uppmanar till att åka kollektivt till lägret. Meddela oss hur många ni är som kommer till Borås station samt när, så löser vi sista transporten ut till Saltemad Camping, senast **fredagen den 16 juni** till ledning@o-camp.se.

Ser fram emot en riktigt rolig och tuff vecka. Gör er redo!

Hälsningar

alla O-CAMPledare genom 2017års Lägerledningen

Vi är redo, är du...?



Västergötlands OF
ledning@o-camp.se
www.o-camp.se

| | | |
|-------------------|--|---------------|
| Johan Larsson | johan.larsson@o-camp.se | 0722-18 45 66 |
| Filip Södervall | filip.sodervall@o-camp.se | 0768-39 37 97 |
| Martina Johansson | martina.johansson@o-camp.se | 0703-405244 |