



## Välkommen till 2018 års DOF-läger

---

**Ett läger för alla orienterare i Dalarna mellan 10 och 16 år tillsammans med sina ledare. Träningar som hemlängtan, inomhusorientering, sprint samt prova på "Tough Race" (hinderbana) i Dalsjö**

**När:** Lördag 16 Juni till söndag 17 Juni.

**Plats:** Domnarvets skola i Borlänge.

**Logi:** Övernattning sker på hårt underlag i skolsalar samt fritidsgården i Domnarvet. Alla bor klubbvis men vill de som är äldre bo tillsammans med deltagare i samma ålder från andra klubbar så anges det i anmälan. För det klubbvis boendet krävs att klubbarna själva har ledare till dessa rum.

**Mat:** Måltider som ingår är lunch och middag samt lättare kvällsmål på lördag samt frukost och lunch på söndag. Kiosk finns i fritidsgården och kommer vara öppen efter middagen på lördag. Eventuellt specialkost, allergier etc. anges i anmälan.

**Övningar:** Övningar kommer att finnas från Vit nivå (HD10) till Violet nivå (HD16).

- Ungdomar HD14 och äldre har övningar gemensamt oavsett klubb, **tekniskt bra övningar även för de äldre ungdomarna, dessa övningar kan komma att ligga på andra områden än för de yngre deltagarna, vid träningarna behövs ledare från respektive klubb eller samordnas med andra klubbledare.**
- Övriga åldrar genomför övningarna klubbvis tillsammans med klubbens ledare.

Övningarna kommer att finnas tillgängliga för nedladdning från vår hemsida ([www.domnarvetsgoif.se](http://www.domnarvetsgoif.se)) alternativt via Eventor senast **den 10 juni**. Respektive klubb ansvarar för utskriften av övningarna till sina anmälda deltagare.

**Transporter:** Klubbarna ansvarar för de transporter som kan behövas till och från de olika träningarna/aktiviteterna.

**Ledare:** Alla klubbar måste ha medföljande ledare med som ansvarar för sina ungdomar.

## Program:

- Lördag
  - 09:00 - 09:30 Samling och inkvartering
  - OL övningar (alla) alternativt Tough Race (Hinderbana) för HD13-16
  - Lunch
  - OL övningar (alla) alternativt Tough Race (Hinderbana) för HD13-16
  - Middag
  - Kvällsaktiviteter/inomhusorientering i sporthallen
  - Kvällsfika
  -
- Söndag
  - Frukost
  - OL övning (alla)
  - Lunch
  - Packning och städning
  - Avslutning ca 13:30 - 14:00

**Anmälan:** Bindande anmälan i Eventor senast 31:a Maj. <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/8350>

Kostnaden för lägret är 750 kr/person och faktureras klubbarna i efterhand. Varje klubb måste ha medföljande ledare som ansvarar för sina ungdomar. Ledare skall också anmälas via Eventor.

**Kontakt:** Jenny Wåhlin [jenny.wahlin@yahoo.com](mailto:jenny.wahlin@yahoo.com) 070-311 27 35

Marianne Dahlin [marianne.dahlin@bahnhof.se](mailto:marianne.dahlin@bahnhof.se) 070-289 83 91

**Varmt välkomna till årets DOF läger**

