

inbjuder till UNGDOMSLÄGER I ORIENTERING 15-17 JUNI 2018

VILKA: Ungdomar 9-16 år från nybörjare till USM deltagare

VAR: Vittjärvsgrården och gymnasium i skolan i Vittjärv

NÄR: Läggret startar fredag den 15 juni kl 18.00, kom ombytt för träning.

Läggret avslutas söndag den 17 juni med middag efter PIF:s tävling i Norrfjärden.

OBS! Var och en anmäler sig själva till tävlingen.

HUR: Roliga träningar som är nivåanpassade, annat skoj och bus.

Golvlogi i gymnasium. Medtag liggunderlag och sovsäck.

Kostnad: 900 Kr per deltagare, i kostnaden ingår träningar, kost och logi, buss till och från träningar.

Lägeravgiften faktureras klubbvis efter avslutat läger.

Klubbledare* erhåller fritt logi och mat enligt nedan.

Föräldrar som vill vara med betalar 750kr, för maten.

***Klubbledare med fritt logi och mat:**

Vid upp till 7 ungdomar 1 ledare, vid 14 ungdomar 2 ledare, Vid 21 eller fler ungdomar 3 ledare

Klubbledarna kommer att fungera som ledare i olika grupper under läggret. Arbetsuppgifter kan variera mellan hänga ut- och plocka in kontroller, instruera deltagarna, skugga löpare från grön nivå till elit, knyta skosnören samt kökstjänst...

Lägeransvariga

Övergripande och mat: Monica Johansson, telefon 070-579 04 43 Träningsansvarig: Sture Norén, telefon 070-372 20 75

Anmälan, deltagare och klubbledare: Senast 6 juni, helst på Eventor (inlagd som närtävling), eller via mail till: monica.johansson@afhs.nu, **föräldrar anmäler via mejl.**

Eventuella allergier eller annat viktigt mailas till monica.johansson@afhs.nu

I anmälan ska framgå vilken nivå deltagarna ska träna på. Vit, gul, orange, eller violett. OBS! anmäl efter kunskapsnivå, inte ålder. Är man på gränsen att gå från t ex gul till orange nivå ska man naturligtvis nyttja läggret till att prova på den svårare nivån och tvärt om har man nyligen bytt och inte är säker på sin nivå fortsätter man att träna där. Nivågrupp kan bytas under läggret om det visar sig att man tränar i för lätt eller för svår grupp.

Utrustning: Luftmadrass, sovsäck, toalettartiklar, badhanddukar, kompass, sportident pinne (om du har egen annars finns det att låna), träningskläder 2 omgångar, ol skor, löpskor, kläder för alla väder, plastflaska/drickabälte för dricka på träningar, fickpengar och annat som ni känner att ni behöver. Cykel kommer att behövas för att vi ska ta oss till vissa träningar.

Välkommen!