

Upptaktsträff orientering!

Lördagen den 8 februari



Agenda Ungdomar 13-16år

9.00 Samling Orientalen (se vägbeskrivning i Eventor).

9.10-10.00 Information om gemensamma VOF aktiviteter 2020.

10.00-11.30 Träningstävling.

12.30 Lunch.

13.30 Nycklar för att vässa sin kapacitet på sprint. En föreläsning med Martin Regborn.

15.00 Frukost med summering och samkväm/teambuilding.

17.00 Avslut.

OBS! Betalning sker med Swisch eller kontanter.

Kostnad 100kr för ungdomar upp till 20år. 200kr för ledare och intresserade föräldrar (bedömd självkostnad).

//Ledarna VOF