PM O-campdag Lördag

Starttider
Ungdomarna startar i två grupper (röd och blå) längre ner ser ni vilka personer/klubbar som tillhör vilken grupp. Grupp RÖD samlas 09:00 och grupp BLÅ samlas 09:30.
OBS: ett fåtal klubbar har ungdomar i båda grupperna då står förnamnen i parentes efter.

Samlingen sker vid:
Hedvägen 1, 532 72 Axvall
Åk gärna in via Skaravägen (som den röda pilen) för att undvika trafikering där ungdomarna rör sig.



Mat
INGEN lunch kommer erbjudas på plats, tag med din egna matlåda! (Det finns INTE tillgång till mikro) Vi kommer erbjuda ett litet mellanmål bestående av festis, en smörgås och en frukt.
I dagsläget ser det ut att bli väldigt varmt i helgen det är därför viktigt att ha med sig mycket att dricka, så att ingen råkar ut för vätskebrist.

Trafikering
Vi kommer röra oss en del genom den tätbebyggda delen av Axvall. Det är då viktigt att man kommer ihåg att kolla efter bilar och annan trafik.

Ombyte och Toa
Vi kommer tyvärr inte erbjuda duschmöjligheter vilket gör det viktigt med ett extra ombyte att ta till efter träningen så att ingen blir nedkyld. Toaletter kommer finnas inne i Axvalla grundskola.

Corona
Vi kommer ha flera stationer med handsprit och försöka hålla ungdomarna i mindre grupper för att minimera smittspridningen. Det är därför viktigt att ungdomarna lyssnar på arrangörernas instruktioner och försöker att i så stor utsträckning som möjligt att undvika nära kontakt med andra grupper än sin egen.

Kossor
En del av träningen kommer gå via Axvalla hed där kossor går fritt.

Fotografering
Om ungdomen inte vill/får vara med på bilder som sedan kan användas som reklam för O-camp vänligen mejla: ledning@o-camp.se

Packlista:
- Kläder efter väder
- Orienteringskläder
- Ett torrt ombyte
- OL-skor
- Sportident
- Kompass
- Lunch (matlåda) + Bestick
- **Fylld** vattenflaska
- Säkerhetsnålar (4st)
- Ett glatt humör

(träningskläder är att rekommendera hela dagen)

Tröjor
O-camp tröjor kommer kunna förbeställas till lägret så att det bara är att betala och hämta i receptionen när dagen drar igång. De kommer kosta 260kr och förbeställs genom att följa länken i informationsrutan på Eventor.
OBS: De är väldigt lika 2019 års upplaga om man redan har en sådan.

Grupper

Grupp Röd

Falköpings AIK OK
Göteborg-Majorna OK
Hestra IF
IFK Göteborg Orientering
Mariestads FK
Markbygdens OK (Gustav, Einar, Elin, Matilda)
Sjövalla FK
Stångenäs AIS
Tolered-Utby Ol-klubb
Vänersborgs SK (Nore, Gabriel, Vilgot, Liam)

Grupp blå

Bredareds IF
IF Hagen
IK Gandvik
Istrum SK (Theo, Valter)
Lerums SOK
Markbygdens OK (Jesper, Isak, Hilmer)
Mölndal Outdoor IF
OK Alehof
OK Gripen
Sävedalens AIK
Trollhättans SOK
Uddevalla OK
Vänersborgs SK(Andrea, Linn, Ida, Maja)

Schema för dagen

Alla ungdomar kommer bli uppdelade i små grupper om 4-6 personer och köra alla tre större aktiviteter (Fotojakt/Träning/Utmaning) men i OLIKA ordning.

Schema Grupp Röd	Schema Grupp Blå
09:00 Samling	09:30 Samling
09:20 Start Fotojakt/Träning/Utmaning	09:50 Start Fotojakt/Träning/Utmaning
11:20 Lunch	11:50 Lunch
12:00 Start Träning/Utmaning/Fotojakt	12:30 Start Träning/Utmaning/Fotojakt
14:00 Mellanmål	14:30 Mellanmål
14:15 Start Utmaning/Fotojakt/Träning	14:45 Start Utmaning/Fotojakt/Träning
16:15 Klara för dagen (karta till extra träningen finns att hämta)	16:45 Klara för dagen (karta till extra träningen finns att hämta)