

INNBYDELSE HOVEDLØPSSAMLING FOR 13-16 ÅRINGER

Budor og Gåsbu 10. – 11. juni

Oppland og Hedmark Orienteringskrets har i år et felles Hovedløpsprosjekt med felles treningsamling i forkant og felles reise til Hovedløpet på Beitostølen i august.

Målet med samlingen er at løperne skal bli bedre kjent på tvers av klubbene og få trent i Hovedløps-relevant terreng.

Hovedløpet er for løpere i alderen 14-16 år. På Hovedløpssamlingen inviteres også 13-åringers slik at de kan bli kjent og føle på forventningene før neste års Hovedløp.

Leder på samlingen vil være Erlend Slokvik, Rolf Mo og Kjersti Småstuen.

Opplegg for Hovedløpssamlingen

Lørdag 10. juni

- 10.00 Oppmøte på Budor Gjestegård
- 10.30 O-teknisk økt nr. 1 med innlagt lek og «bli kjent»-aktivitet
- 12.00 Innkvartering i leiligheter. Lunsj
- 15.00 O-teknisk økt nr. 2
- 18.00 Felles middag - sosialt

Søndag 11. juni

Ca. 10 Avreise til Gåsbu. Fint om noen foreldre kan stille opp for transport til Gåsbu. Vi ordner skyss for de som ikke har noen å sitte på med.

Deltagelse på Myrtrampen på Gåsbu

Alle løpere hentes på Gåsbu etter løpet søndag

Hva må du ha med?

- Treningsstøy for hele helga, kompass og brikke
- Laken, sovepose eller sengetøy, håndkle

Pris og påmelding:

Egenandel kr. 250,-. Klubbene faktureres i etterkant av samlingen, og oppfordres til å dekke egenandelen for sine løpere.

Påmelding til Hilde Grøneng hilde@ram-arkitektur.no innen søndag 4. juni.

Vel møtt på treningsamling!

Hilsen Oppland og Hedmark Orienteringskretser

