



ORIENTERINGSLÄGER

TBOK 'S UNGDOMSKOMMITTÉ
INBJUDER TILL UPPTAKTSLÄGER 15-16 mars

Var? På Tvetagårdens vandrarhem utanför Södertälje i direkt anslutning till IFK's klubbstuga med fin orienteringsterräng.

Samling för gemensam avresa från klubbstugan kl. 8:45 på lördagen. Beräknad hemresa på söndagen ca kl. 14:30. Vi kommer att behöva hjälp av föräldrar att skjutsa till och från Södertälje.

För vem? Du som är född 2001 och tidigare. Det går bra för föräldrar och övriga träningsugna klubbmedlemmar att följa med som ledarstöd och/eller själv delta i träningen. 36 bäddplatser är bokade på vandrarhemmet.

Pris: 200 kr + bensinpeng till chauffören (20 kr/enkelresa)



Preliminärt program:

LÖRDAG

08:45 Samling för avresa vid Klubbstugan, Häradsvallen.
09:30 Ankomst och inkvartering i Tvetagården
10:00 Orientering. Banor i olika svårighetsgrader. Dusch
12:00 Lunch (köttfärssås och spagetti)
14:30 Orientering/teknikträning. Dusch.
17:30 Middag (Evas kalaskassler och ris+ efterrätt)
18:00 Gemensamma lekar, ni får styra rätt fritt själva. Kom gärna med idéer.
Ca 21:00 Kvällsfika

SÖNDAG

08:00- Frukost
10:00 Orienteringsträning + dusch
12:00 Lunch(köttbullar och makaroner)
Packa
14:30 Hemresa från Södertälje



Utrustningslista: Orienteringskläder (flera ombyten), underställ, orienterings-/träningsskor, mössa, vantar, handduk, lakan+örngott, regnkläder, kompass+ SI pinne(om du har), strumpor, underkläder, lördagsgodis till kvällen.

Anmälan: Så snart som möjligt! Dock senast 9 mars till Eva Kindlund tel 20176. Ange om du har möjlighet att skjutsa till eller från Tveta.

VÄLKOMMEN!