

Boxholms OK och Mjölby OK inbjuder till

# ÖOF Försäsongsläger 2024

Den 16–17 mars, vid Åsbo skola, Strålsnäs, Boxholm  
(58,2411089, 15,107334)



Lägret gäller för orienterande ungdomar i Östergötland mellan 11–16 år. Man bör klara minst gul nivå.

## Program

### Lördag 16/3:

- 13.00 Incheckning
- 13.30 Samling träning 1, ombytt och klar
- Frukt, dusch och ombyte efterhand som man kommer tillbaka (väntetid kan förekomma då det bara finns två omklädningsrum)
- 17.30 Kvällsmat
- 19.00 Aktivitet (klädd för utomhusaktivitet)
- 20.30 Kvällsfika

### Söndag 17/3:

- 7.30-8.30 Frukost
- 9.15 Samling träning 2
- Dusch och ombyte
- Packning o städning
- 12.00 Lunch
- 13.00 Hemresa

Glöm inte att äta lunch innan ni kommer på lördagen, eftersom det dröjer innan kvällsmat.

**Packlista:** Kompass, SI-pinne, träningskläder för 2 pass, utomhuskläder efter väder, ficklampa/pannlampa, liggunderlag/luftmadrass (liten), sovsäck, kudde, ombyte, hygienartiklar och ev mediciner.

En enklare kiosk kommer att finnas på kvällen, betalning kontant eller Swish.

**Kostnad:** 500 kr, faktureras klubbarna i efterhand.

**Anmälan:** Sker senast söndag 3 mars på Eventor. Anmäl vilken orienteringsnivå (gul, orange, violett) du vill träna på, ditt SI-nummer, önskemål om specialkost/allergier samt telefonnummer till målsman eller annan vuxen.

Deltagare på lägret förväntas kunna följa enkla instruktioner, passa tider och självständigt genomföra orienteringsövningar anpassade till ålder.

För klubbar som skickar många eller ungdomar som är ovana vid att vara på läger, är det rekommenderat att även skicka klubbledare. Även ledare anmäler sig.

**Återbud:** Meddela ev återbud i förväg. Återbud som sker efter anmälningsdatumet debiteras.

**Obs:** Med reservation för ev ändringar, kontrollera information på Eventor innan du åker hemifrån.

**Kontakt:** Anna-Lena Lagneteg, [annalena78@hotmail.com](mailto:annalena78@hotmail.com), sms 0708-765962

**Välkomna!**