

Tidsplan

Fredag:

Fra 1500: Oppmøte Varegghytten

1600: Vi er klare for første økt, og jogger felles til start før capsorientering

1900: Middag og sosialt

Lørdag:

0900: Frokost

1030: Vi er klare for å prøve oss på noen strekk fra NM ultralang, og jogger felles til start.

1300: Lunsj

1430: Økt 2. En kort o-løype + myrfotball.

1800: Middag og sosialt

Søndag:

0900: Frokost, pakking og rydding

1100: Vi jogger til start i samlingsmesterskapet. Her blir det nedoverbakkeorientering og jaktstart!

Ca. 1300: Vi avslutter samlingen og drar hjem.

Pakkeliste:

- Sengetøy eller sovepose
- Håndkle og toalettsaker
- Inneklær (og evt. innesko) til å bruke på hytten
- Nok treningstøy (husk myrfotball=gjørmete)
- Brikke og kompass
- Caps/buff/lue til capsorienteringen
- Varme klær
- Regntøy
- Lue, buff og hansker
- O-sko

Husk at det fort blir kaldt, og sjekk værvarselet før du pakker! Vi skal være mye ute, så ta med nok varme klær.

Mat

- Vi kjøper inn mat til middag fredag og lørdag, frokost lørdag og søndag og lunsj lørdag og søndag. Gi beskjed i god tid dersom du har noen allergier!

Vi gleder oss! Ta kontakt dersom det er noe dere lurer på!

Bjørn J. Field 97586381

Kristine Grønlund 47300694

PS: Dersom noen av dere som kjører ungdommen opp ønsker en treningstur ved levering eller henting, så send oss gjerne en melding og gi beskjed, så kan dere få sette ut/ta inn noen poster.