PM OLL Ski-orientering
Tirsdag 7. august

Ski-o landslaget inviterer til
Ski-orientering på sommerføre

Når:
Tirsdag 7.august fra kl. 9:00. til 16:00 (parallelt med sprint-o trening O-landsleir)

Sted
Rulleskiløypa på Kongsgård

Start/Mål
Rulleskiløypa ved Donn huset

Opplegg
I år har vi fått lånt utstyr til å gå på rulleski. Vi legger opp til at alle kan få prøve å gå på rulleski. Selv dere som ikke har gått på rulleski tidligere. Vi vil være på et område med god plass slik at det skal være trafikk sikkert og muligheter til å få utfordret seg selv. Men vær forsiktig ved kryssing av veier, benytt fotgjengeroverganger der det er mulig. Det blir lagt to løyper som alle kan få prøve.

Representanter fra landslaget i ski-o er på plass tirsdag 7.august fra kl. 9:00. til 16:00 ved Rulleskiløypa. Test løypene parallelt med sprint-o opplegget på O-landsleiren samme sted og tid.

Utstyr
Det vil være mulighet til å låne alt nødvendig utstyr (skisko, rulleski, staver, hjelm og kartstativ). Vi har 20 par rulleski til utlån som vil gå på rundgang. Om du ønsker det har du mulighet til å ta med eget utstyr. **Husk å ta med egen brikke!**

Løypene
Det vil være en kort løype på ca. 8-10 min og en litt lengre på ca. 15 min. Den korte løypen skal vare av det lette slaget, mens den lengre er litt mer krevende. Det er en rulleskiløype ved start og mål som det vil være mulig å benytte seg av.

Vi kommer til å ha to personer gående i området på rulleski og to personer i start og målområdet.

Kontakt person:
Bjørnar Kvåle
Tlf: +47 992 76 967
Mail: bjornarkvaale@hotmail.no

Forbundssponsorer
NORSK ORIENTERING noname SPORT8.NO INOV