



Program O-troll-leir



Fredag 21. – lørdag 22. august, Postmannslaget ved Marivold camping

Frammøte

Ved Postmannslaget, som ligger nær Marivold Camping.
Parkering på grusplass langs veien til Marivold.
Følg merking med orienteringsposter langs veien.
Det er 5 minutter å gå fra parkering til Postmannslaget.

Overnatting

Innendørs på Postmannslaget. Her er det 30 køyesengeplasser i 2-4-mannsrom. Man kan enten ha med sovepose og laken – eller laken, dyne- og putetrekk. Det er dyner og puter på rommene. Altså ikke telt-overnatting, hvis ikke man absolutt vil.

Mat

Det serveres middag fredag kveld. Meny: Gryterett, ris og salat. Lørdag morgen er det frokost med vanlig brødmat. Etter kano-orienteringsløpet lørdag formiddag er det lunsj før avreise. Alle smører lunsj-matpakke under frokosten, også spiser vi lunsjen i det grønne (hvis været tillater det).

Om noen har allergier, si fra om dette ved påmelding!
Ta gjerne med egen drikkeflaske.
Det er ingen løperdrikke etter Rekrutten, pga smittevern.

Program

Fredag

- Kl 18.00 Rekrutten starter. Det er fri starttid fra da av. C- og N-løypa legges ut på eventor dagen før løpet. Husk å ta med brikke og kompass, hvis du har!
- Kl 19.15 Badetur til Paradisbukta. Ta med badetøy. (Det er også dusj på Postmannslaget.)
- Kl 20.00: Middag på Postmannslaget.
- Kl 21.00: Kveldskos ved Postmannslaget.
- Kl 23.00: Rosignal.

Lørdag

- Kl 08.00: Frokost. Smøring av lunsj-matpakker.
- Kl 09.00: Rydding og vask av Postmannslaget.
- Kl 09.30: Felles avgang til startsted for kano-løp. Alle må ha med redningsvest. Regntøy er også lurt.
- Kl 10.00: Start kano-orienteringsløp. Hvis det blir for mye vind, blir det i stedet en kanotur i roligere farvann.
- Kl 11.30: Felles lunsj ved sjøen eller på Postmannslaget, avhengig av været.
- Kl 12.30: Deltakerne kan hentes ved Postmannslaget for hjemreise eller transport til KM sprint i Arendal.

Påmelding:

Påmelding i eventor (Rekrutten) eller ved å sende mail til terje.urfjell@gmail.com eller SMS til 97599806 (Terje).
Påmeldingsfrist onsdag 19. august kl 23.59.

Velkommen på O-troll-leir!