

O-LANDSLEIR 2022
HOVEDLØPET
SANDNES

Hovedløpet og O-landsleir 2022

SANDNES 5. – 10. AUGUST



PM Treningsdag OLL 2022

Oppmøte

Treningsdagen vil gjennomføres i Melshei, nærmere bestemt Rogaland Arboret og omkringliggende skogsområder. På aktivitetsdagen og treningsdagen blir alle inndelt i aldersbestemte grupper. Disse gruppene blir ledet/veiledet av en ung trener. Det vil bli busstransport fra Austråthallen til og fra treningsområde. Nærmere info om busstider kommer.



Med fokus på miljø

Det er viktig for oss å poengtere sporløs ferdsel. Det skal ikke ligge igjen noe søppel etter OLL-deltagere. Vi deler ut en kartpose til hver deltaker ved ankomst Arboret. Denne ønsker vi skal følge dere gjennom øktene.



ŠKODA

noname



Hovedløpet og O-landsleir 2022

SANDNES 5. – 10. AUGUST



Todelt treningsdag

Det blir en todelte treningsdag i Melshei. Samlingsplass er i flotte omgivelser i [Arboret](#) 5 min gangavstand fra parkering/bussholdeplass.

Det er mulighet for kretsene å sette opp telt på anviste områder ved dårlig vær.

Medbrakt lunsj inntas på samlingsplass i pausen for de ulike gruppene.

Nødvendig utstyr for dagen

- Treningsklær
- Kompass
- Skifteklær (varme klær om nødvendig)
- Lunsjpakke og drikke



ŠKODA

noname

O-LANDSLEIR 2022
HOVEDLØPET
SANDNES

Hovedløpet og O-landsleir 2022

SANDNES 5. – 10. AUGUST



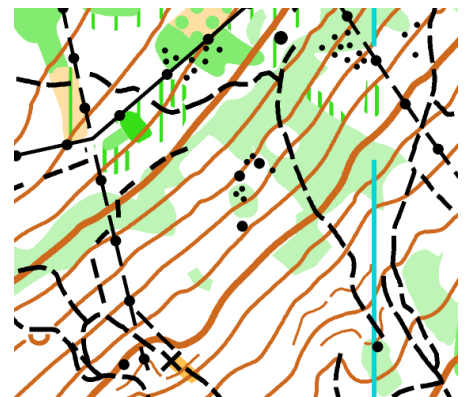
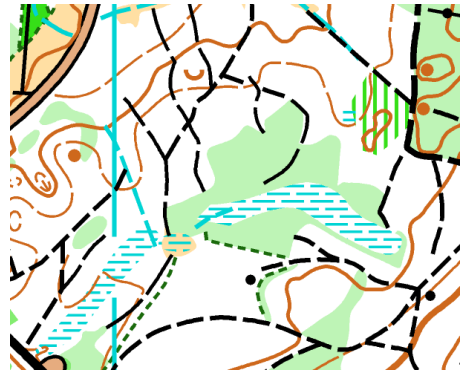
Treningsopplegg

Økt A: Momentøkt på Selshammeren.

Økt B: Skråli og downhill – orientering i Vassviklia.

Begge øktene vil ha flere løyper med ulik vanskelighetsgrad.

Treningsløyper vil bli tilgjengelig å se på i forkant på skolene og under arrangementet i Eventor.



ŠKODA

noname

O-LANDSLEIR 2022
HOVEDLØPET
SANDNES

Hovedløpet og O-landsleir 2022

SANDNES 5. – 10. AUGUST



VI TAKKER VÅRE SPONSORER

Hovedsponsorer



SANDNES
GARN

Sponsorer



noname

Samarbeidspartnere



STANGELAND
ANNO MØLLE 1846



noname