



Sogndal IL og Sogn og Fjordane Orienteringskrins inviterer til:

O-troll leir

i Sogndal - Laurdag-Sundag 9.-10. september 2023

Aldersgrupper: Samlinga er for barn frå 7 til 12 år. Det blir delt inn i grupper etter alder og erfaring. Vi ynskjer gjerne at vaksne er med dei yngste deltakarane.

Frammøte: Laurdag 9. september kl. 11-12.00 i Sogndal sentrum
Hytte i Hodlekve, frå ca kl 14.00

Overnatting: Hytter i Hodlekve, 2-4 pers per rom. Høy kvalitet. Ta med sengetøy, eller du kan leie for kr 120 per pers.

Pris: O-gruppene blir fakturert for kr 200,- pr deltakar for overnatting, trening og mat. Deltakarane dekkjer reise til/frå samlinga sjølve.

Program

Laurdag 9. september

Kl 12.00 **Sprintløp, Sogndal Sentrum.** Restitusjonsmåltid (eigen matpakke)
Ca Kl. 14.00 Velkommen til o-troll-leir. O-aktiviteter i grupper, sosiale aktiviteter, Sosialt samvær, grilling, forberedelse til o-løp søndag, kveldsmat

Sundag 10. september

Kl 08.00 Frukost
Kl 09.00 O-aktivitet i grupper. Avslutning av samling/evaluering.
Kl 12.00 **Krinsmeisterskap - langdistanse i Rindabotn, ca 500 m frå hyttene**

Hugs å ta med:

Treningskle og konkurransekle, EMIT-brikke, kompass, regnkle og støvlar (tilpassa vêret), kortstokk eller andre spel, handkle og toalettsaker. Sengetøy. Ta gjerne med egen GPS-klokke om du har.

Påmelding til samlinga: **Seinast måndag 5 sept kl 20.00** på Eventor.

<https://eventor.orientering.no/Events/Show/18513> NB: Viktig at foreldre og ledere som skal overnatte også melder seg på.

NB! Påmelding til o-løpa gjer du på

<https://eventor.orientering.no/Events/Show/17611> og

<https://eventor.orientering.no/Events/Show/17612>

Vel møtt til samling!

Sogn og Fjordane Orienteringskrins og Sogndal IL
Christian Frøyd Mobil 93452663 christian.froyd@hvl.no