



Inbjudan Distriktsläger IP Arkadien i Rimbo 27-28/5 2023

OK Roslagen och Upplands OF bjuder in till Distriktsläger i orientering för barn och ungdomar.

För vem?

Detta läger är för barn och ungdomar som klarar en grön eller vit bana på egen hand upp till 16 år.

När?

Lägret börjar 27 maj ca kl 09:30 och slutar 28 maj ca kl 13:30

Grupper

Vi kommer träna i grupper efter ålder och svårighetsgrad. Ansvariga klubbar ser till att det finns totalt tre träningar för varje grupp. Info om kartfil mm skickas ut i separat mail.

Grupp	Ca ålder	Ansvarig Klubb
Grön/Vit	8-10	IF Thor och OK Linné
Gul	11-12	Rånäs OK och VÖOL
Orange	13-14	Länna IF och OK Rodhen
Violett	15-16	Ledare för Upplandstruppen

Aktiviteter vid IP Arkadien

Utöver orienteringsträningar kommer vi kunna ta del av aktiviteter som hinderbana, beachfotboll/volleyboll och bad. Mer info om IP och boendet finns på:

<https://www.rimboif.com/sida/?ID=209706>

Boende

Inkvartering i 4-10 bäddarsrum i två korridorer. Medtag lakan och handduk. Gemensamma bad- och duschrum i respektive korridor.

Mat

Deltagarna tar med sig egen lunchmatsäck till lördagen, sedan serveras middag och kvällsfika. Frukost och lunch serveras på söndagen.

Ledare

Klubbarna skickar med en egen klubbledare för varje påbörjat 10-tal ungdomar som klubben anmäler. Ledarna uppger vilken grupp de vill tillhöra i anmälan.

Resa

Klubbvis tar man sig med bil till Rimbo. Det går även att åka buss med Stockholms Lokaltrafik.

Anmälan och frågor

Klubbvisa anmälningar så snart som möjligt, dock senast 14 maj till: lina.viggedal@gmail.com Vid anmälan ange: namn, födelseår och träningsgrupp (grön/vit, gul, orange eller violett) samt eventuella allergier. Meddela även önskemål om vilka som vill bo tillsammans.

Kostnad

UOF betalar en del av lägerkostnaden. Vi beräknar att klubbavgiften (eller egenavgiften) blir ca 400 kr/deltagare. Kostnaden kommer faktureras klubbarna i efterhand.

PM

PM med mer information läggs ut på Eventor och OK Roslagens hemsida ca en vecka innan lägret.

Övrigt

Fotografering kommer att ske för att dokumentera lägret och bilder kommer att publiceras i sociala medier. Var vänlig ange i anmälan om samtycke inte ges till detta.

Ett preliminärt program för helgen kan se ut enligt nedan (tider för de olika aktiviteterna kommer skilja sig emellan grupperna)

Lördag:

kl 09:30 samling

kl 10:00 förmiddagsträning

kl 12:00 lunch

kl 13:30 aktivitet: bad, fotboll, hinderbana mm.

kl 15:00 eftermiddagsträning

kl 17:00 middag

kvällsaktivitet

Söndag:

kl 08:00 frukost

kl 10:00 förmiddagsträning

kl 12:00 lunch och avslutning

Välkommen till årets roligaste läger!