



Program distriktslägret 2024



Vallentuna-Össeby OL och Upplands OF välkomnar alla till distriktslägret i orientering för barn och ungdomar.

Plats: Össeby IP, Brottbby

Parkering: På ordinarie parkering vid tennishall och förskola. Observera att det står en skylt om 12 timmars parkering. Oklart om det alls görs parkeringskontroller, men flytta bilen ibland för säkerhets skull.

Träningsgrupper:

| Grupp | Ansvariga klubbar |
|----------|----------------------------|
| Grön/Vit | L-100 IF och Länna IF |
| Gul | IF Thor och OK Rodhen |
| Orange | Rånäs OK och OK Roslagen |
| Violett | Ledare för Upplandstruppen |

Boende: På hårt underlag i idrottshallen. Upplandstruppen och violett grupp bor i ena hörnet. Övriga deltagare placerar sig fritt i hallens båda halvor. Skiljeväggen kommer sänkas ner till golvet när det är sovdags för att dämpa lite.

Mat: Deltagarna tar med sig egen lunchmatsäck till lördagen, sedan serveras middag och kvällsfika. Frukost och lunch serveras på söndagen. Se tider nedan. Specialmat finns på sidan om.

Kvällsaktivitet: På lördagskvällen kommer det att vara aktiviteter med blandade grupper som kommer att besöka 10 st stationer. Vi önskar ledarhjälp för att bemanna stationerna. Det behövs två ledare per station. Skriv gärna upp er på anmälningslistan.

Tider

| lördag | | söndag | |
|--------|-------------------------------------|--------|--------------------------------|
| 09.30 | Samling | 08.00 | Frukost |
| 10.00 | Förmiddagsträning | 10.00 | Förmiddagsträning |
| 12.00 | Lunch (tag med egen lunch) | 12.00 | Lunch |
| 15.00 | Eftermiddagsträning | 13.00 | Avslutning med stort gruppfoto |
| 17.20 | Middag | | |
| 18.30 | Kvällsaktivitet | | |
| 20.30 | Kvällsfika | | |
| 22.00 | Sovdags - tyst inne i idrottshallen | | |

Välkommen till årets rOLigaste läger!