



Välkommen till HOFs sommarläger för 9-13 åringar!

9-10 juni 2018 i Kungsbacka

Alla 9-13 åringar i Halland som kan springa en vit bana själv är välkomna att delta på lägret. Orienteringsövningarna ligger på vit nivå för HD10 och gul nivå för HD12. Du kommer att få lära känna många ungdomar i din ålder från hela Halland och busa och ha kul tillsammans. Du kommer också att få träna orienteringsteknik.

Samlingsplats, program och boende

Vi samlas ombytta för träning kl 10:30 i Kolla idrottshall på Kollaskolan, Gnejsvägen/Askvägen i Kungsbacka. Vi börjar med att lägga in våra saker i våra två boendesalar, en fritidslokal på plan 2 i idrottshallen och en danssal på plan 1. Vi börjar med att lära känna varandra genom roliga lekar. Lunchen äter vi i fritidslokalen. På eftermiddagen har vi ett teknikträningsspass i sprint. På kvällen går vi till Kungsbackaskogen där vi grillar, testar freesbeegolf, brännboll o dyl . På söndagen packar vi ihop våra saker, äter frukost och kör ett sista träningsspass i Kungsbackaskogen fram till 12:00 då vi äter enklare lunch. Därefter avslutas lägret och hämtning kan ske 13:30.

Bra att packa

- Träningskläder för en träning på lördagen och en på söndagen
- Kompass och SportIdent-pinne, vattenflaska
- Hygienartiklar, handduk
- Liggunderlag, sovsäck och kudde
- Varmare kläder till kvällen och regnkläder om det behövs

Anmälan och kostnad

Anmäl dig via Eventor senast 27 maj. Vi önskar att minst en ledare eller förälder från varje deltagande klubb är med som assisterande ledare på lägret. Klubbarna kommer att faktureras i efterhand (ca 300-400 kr). Ledare deltar gratis.

Har du frågor?

Välkommen att kontakta Ulrika Granfors, IF Rigor, 070-001 91 31 eller ulrika.granfors@gmail.com.

Välkomna på ett roligt läger önskar HOF Ungdom och IF Rigor!