



Välkommen till HOFs sommarläger för 9-13 åringar!

24-25 maj 2019 i Ätran

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, göra samarbetsövningar, träna orientering och framförallt ha kul tillsammans.

Samlingsplats, program och boende

Vi samlas ombytta för inomhusträning kl. 18:00 vid Ätrånskolan och Ätråns fritidsanläggning. Vi börjar med att lägga in våra saker i de sju stugorna och sedan går vi till idrottshallen för att lära känna varandra genom olika samarbetslekar. Lunchen äter vi 19.30 i matsalen. Som kvällsaktivitet kör vi inomhusorientering. På lördagen packar vi ihop våra saker/städar, äter frukost och kör vid halv 10 ett träningspass som avslutas med dusch/bad. Kl. 12:00 äter vi lunch och 13.30 kör vi en enklare sprintstafett. Därefter avslutas lägret med fika/frukt och hämtning kan ske 15.00.

Bra att packa

- Träningskläder för inomhusträning på fredagen och två uteträningar på lördagen
- Kompass och SportIdent-pinne, vattenflaska
- Hygienartiklar, handduk
- Sängkläder (lakan, påslakan och örngott)
- Varmare kläder till kvällen och regnkläder om det behövs
- badkläder

Anmälan och kostnad

Anmäl dig via Eventor senast 12 maj. Vi önskar, om möjligt, att en ledare eller förälder från varje deltagande klubb är med som assisterande ledare på lägret. Klubbarna kommer att faktureras i efterhand (ca 400-500 kr). Ledare deltar gratis. Ni som har specialkost anmäl detta senast 12 maj till mailadressen: gunilla.carlsson@falkenberg.se

Har du frågor?

Välkommen att kontakta Gunilla Carlsson, IK Trenne, 0729931979 eller gunilla.carlsson@falkenberg.se

Välkomna på ett roligt läger önskar HOF Ungdom och IK Trenne/ Ätråns IF!