

Inbjudan till Kontinentalläger med Eurometing 20-26/9

Löpare som har drivkraften till satsning och utveckling över tid, är välkomna med en intresseanmälan till detta läger i kontinental terräng. Vi hoppas att lägret blir ett led i din utveckling till att bli en konkurrenskraftig seniorlöpare på internationella mästerskap.

Lägret kommer att bjuda på utmaningar både fysiskt, mentalt och tekniskt. Vi förutsätter att du kommer väl förberedd och är hel och frisk. Vi tror på att om vi ger av oss själva så får vi dubbelt tillbaks! Vi ser fram emot din anmälan oavsett om du är junior eller senior, det är löpare som vill utvecklas som ska med!

Välkommen!

Anmälan

Intresseanmälan senast 25 augusti via:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1511198>

Uttagningsramar

Uttagning baseras på tidigare internationella och nationella värde tävlingar, VM-tester 5-6/6, VC-tester 27/6 samt 30/6 och SM medeldistans 28/8. Uttagningarna publiceras på svenskorientering.se senast den 30 augusti.

Resor/tidsramar

Samlingen sker på Landvetter i Göteborg på måndagen den 20/9. Du ordnar själv dina anslutningsresor och boende efter Lång-SM. I anmälan anger du var du vill flyga efter Eurometing.

Boende

Enklare hotell eller vandrarhemsstandard.

Ledare

Annika Billstam, Anneli Östberg, Emma Lindgren, Kalle Dalin och Martin Sand

Ekonomi

Denna aktivitet är en självfinansierande aktivitet. I avgiften på max 10000 kr ingår boende samt frukost, lunch och middag med början den 20 september med middag till och med middag på hemvägen den 26 september. Ingår gör även samtliga träningar, träningskartor, all transport i minibussar, föreläsningar, utbildning, analyser och tillgång till landslagets ledare. Ta med en lunchlåda till resan och pengar till mellanmål och vätska på och mellan träningarna.

Utrustning

Ordinär utrustning för träningsläger och tävlingar. Under Eurometing tävlar vi för



landslaget och självklart i landslagsdräkten. Har du behov av att uppdatera din landslagsutrustning så kontaktar du erik.mattsson@orientering.se

Covid 19

Eftersom vi i dagsläget inte vet hur läget i Europa kommer att vara med tanke på smittspridning och Covid 19 så är både program för läger och tävlingar preliminära. Vi kommer följa de rekommendationer som gäller i både Sverige, Italien och Schweiz för hela lägret och dagarna innan och efter.

Preliminärt träningsprogram

Vi kommer träna 1 teknikpass under måndagen på väg till boendet och sedan 2 teknikpass om dagen tisdag-torsdag. Under fredagen kör vi ett lättare pass eventuellt Model event innan tävlingarna.

Euromeeting

Inbjudan till tävlingarna finns [här](#).

Försäkringar

Du är delvis olycksfalls- och reseförsäkrad genom SOFTs försorg. Kolla upp din egen försäkring. Ta med ditt (blåa kort) EU-försäkringskort.

Antidoping

Se till att alla eventuella mediciner och dispenser är under kontroll.

Återbud

Om du får förhinder att delta, meddela detta snarast till Kalle Dalin 070-305 03 12. Anmälningsavgiften återbetalas endast om reserv kan sättas in.

Övrigt

Vid frågor ring Kalle på Dalin 070-305 03 12 eller maila Kalle.dalin@orientering.se

Lyft blicken och se möjligheter!

Välkomna!

Annika, Anneli, Emma, Kalle, Martin

