



## SKOF Ungdom och OK Gyngge inbjuder till regionsläger för 14-åringar i Skåne 17–20 juni 2024.



- Plats:** Osby, nordöstra Skåne
- Datum:** Lägret startar måndagen den 17 juni kl. 11.00 och slutar torsdagen den 20 juni ca kl. 14.00.
- Deltagare:** Ungdomar födda 2010 från Skåne, Blekinge, Halland och Småland.
- Träning:** Samtliga träningar är inom uppvärmningsavstånd från boendet. Träningarna utgår från att ungdomarna är vana vid att träna på orange nivå, alltså att de vill/vågar försöka men behöver inte innebära att man tycker orange nivå är lätt. Under lägret blir det varierade träningar med skiftande fokus på teknik, gemenskap och intensitet. Tanken är totalt 6 träningar på 4 dagar.
- Utrustning:** OL-kläder, OL-skor, handduk, SI-pinne, kompass, hygienartiklar, badkläder, sängkläder och fickpengar om man vill handla något.
- Aktiviteter:** Badplats och mindre kiosk. Hoppas på lägermästerskap i minigolf!
- Logi:** Stugor med sängar hos Bergakungen i utkanten av Osby. Rumsfördelning sker i förväg med viss mix mellan distrikten. Separat stuga för ledare. Totalt finns 50 st bäddar, om ni har en stor årskull och tror vi riskerar att bli fler kontakta SKOF. Är vi ute i god tid kan förhoppningsvis ytterligare boende bokas i närheten.  
<https://www.bergakungen.nu/>
- Mat:** Ingår i deltagaravgiften **OBS! Om du är i behov av specialkost/allergisk mot något måste detta anges vid anmälan!**
- Resa:** Deltagarna tar sig själva till Regionslägret. Bra om man mellan klubbarna ordnar lite samåkning.
- Kostnad:** Ca 1500kr per deltagare och detta faktureras din förening efter lägret. Vid sent återbud faktureras föreningen de kostnader som ej går att avbeställa.
- Ledare:** Två ledare, ev. fler, från resp. distrikt kommer att vara med.
- Anmälan:** Anmälan via *Eventor-Klubben-Klubbaktiviteter-Aktiviteter för Smålands OF* senast den 28 april
- Frågor:** Mikael Trofast SMOF 070–3527516  
Magnus Svensson SMOF kansli 036-34 54 86  
Linnea Gustafsson, OK Gyngge & SKOF 070–6792781

**VÄLKOMNA!**