



Lillehammer OK inviterer til



# O-TROLL LEIR



28. og 29. august 2010



med opplæring og moro på N- og C-nivå

Frammøte ved Røyslimoen skole, merket fra rv 216, 4 km ovenfor Lillehammer sentrum, på vegen mot Sjusjøen. Overnatting og de fleste aktiviteter skjer ved skolen.

## Foreløpig program for leiren:

### Lørdag:

- 12.00. Ankomst og opprop - innlosjering
- 12.30. O-teknisk økt
- 13.30. Lunsj – ta med egen matpakke
- 14.00. O-leker
- 16.00. Frukt/snacks
- 16.30. O-teknisk økt
- 18.00. Frilek og forberedelse til middag
- 19.00. Middag og sosialt samvær
- 20.00. Fritid – muligheter for film, brettspill, kortspill og o-quiz
- 22.00. Leggetid

### Søndag:

- 08.00. Vekking
- 09.00. Frokost
- 10.00. Stafetter og o-teknisk lek
- 12.00. Lunsj
- 12.30. Pakking og forberedelse til hjemreise
- 13.00. Hjemreise

Alle barn i Oppland og Hedmark O-kretser, fra 10 til 14 år er velkomne til leir. Klubbene må stille med en egen leder per fjerde påmeldte barn.

Deltakeravgiften vil være på 250 kr.

## Pakkeliste:

- Egen EMIT-brikke og kompass om du har, ellers har vi noen til utlån
- Rikelig med klesskift til 2 dager, til all slags vær, også til innendørs trening
- Skotøy til all slags vær (treningssko)
- Håndkle og toalettsaker
- Overnattingsutstyr (liggeunderlag og sovepose)
- Drikkeflaske

Påmelding innen 20. august 2010, til [idastorberget@hotmail.com](mailto:idastorberget@hotmail.com) eller tlf 40493982. Vi trenger navn, alder, klubb, nivå og kontakopplysninger til deltakerne.

Vi ønsker dere

# VELKOMMEN

til en morsom og lærerik helg på Lillehammer!

