



Strängnäs-Malmsby OL



Strängnäs-Malmsby OL

Träningshelg 16-17/5 2020

I Vilsta, Eskilstuna för SMOL-medlemmar i alla åldrar och nivåer

Du får utveckla eller finslipa din orienteringsteknik samtidigt som du har roligt tillsammans med dina klubbkamrater

Övernattning i campingstugor eller egen husvagn/husbil, i direkt anslutning till orienteringsskogen



Anmälan: snarast eller **senast 12/4 2020** i första hand via Eventor, se länk

<https://eventor.orientering.se/Activities/Show/11464>

Ange om du/ni vill ha övernattning. Välj antingen i campingstuga eller om du tar egen husvagn/husbil. Vi vill gärna att så många som möjligt övernattar trots att det är ganska nära hem till Strängnäs.

För vilka?: SMOL-medlemmar i alla nivåer och åldrar. Barn som inte vill springa ensamma behöver ha en vuxen anhörig med på träningarna.

Kostnad: Boende och kartor med övningar är gratis för SMOL-medlemmar. Mat betalas och ordnas gemensamt per stuga/husvagn. Det finns även möjlighet att äta vid Vilsta Sportcafé & Restaurang.

Frågor: besvaras av Daniel Alneberg, epost: daniel.alneberg@smol.se tel: 070-6217268

Preliminärt program

Lördag 16/5

08.30	Gemensam avfärd från SMOLgården
09.45-11.15	Orienteringsträning
11.30-13.00	Dusch och Lunch
13.15-16.15	Kartteori, gemensamma aktiviteter. Fika.
16.15-17.30	Orienteringsträning
17.45	Dusch och Middag
19.30	Gemensamma aktiviteter

Söndag 17/5

08.00	Frukost
09.30-11.00	Orienteringsträning
11.00-12.30	Dusch och Lunch
12.30-13.30	Kartteori, gemensamma aktiviteter.
14.00-15.00	Orienteringsträning
15.00-15.30	Dusch
15.30	Hemresa