



Tynset idrettsforening, orienteringsgruppa ønsker velkommen til

# O-troll-leir & O-monster-leir

27.-28. mai 2016

Tron Ungdomssenter, Tylldalskjølen

O-troll fra 10 til 12 år vil ha orienteringsleker i umiddelbar nærhet til senteret.  
O-monstre fra 13 til 16 år vil få egne, mer tekniske o-treninger, ledet av Petter og Erlend.

## Hovedledere:

Ingunn Vangen Lunåsmo & Britt Vangen Sandvold.

## Gode medhjelpere:

Gina Nygård, Guri Sandvold, Petter Lunåsmo, Erlend Kvittum Nytrøen.

## PROGRAM FREDAG

- 18.00 Oppmøte og innkvartering i 6-12-mannshytter. Dusj, do og kjøkkenkrok.
- 18.30-20.00 O-aktiviteter.
- 20.30 Kveldsmat – pizza, frukt og saft.

## PROGRAM LØRDAG

- 09.00 Frokost – brød, pålegg, melk og juice.
- 10.00-11.30 O-aktiviteter.
- 11.30 Lunsj – pølser, frukt og saft.
- 12.00 Pakking og rydding av hytter.
- 13.00 Par-stafett 10-12 år. Påmelding via egen klubb. Britt ordner for Tynset.
- 14.00 O-stafesten 13 år og oppover. Påmelding via egen klubb.

## Du må ha med...

Laken, putetrekk og sovepose (evnt dyne med trekk).

Toalettsaker.

Håndkle.

Treningsklær til 3 økter.

Klesskift.

To par sko og mange tørre sokker.

Evnt regntøy.

Drikkeflaske.

Kompass og løperbrikke om du har.

Hver klubb må stille med en voksen leder som overnatter.

Under O-stafesten lørdag blir det enkelt kiosksalg.

## PÅMELDING

Påmelding til Britt Vangen Sandvold innen **20.mai 2016**.

**Kontaktinfo:** [britt-sandvold@hotmail.com](mailto:britt-sandvold@hotmail.com), 93213496



# Cubus

