



## O-troll leir på Skarnes, 17. – 18. september 2022



Odal O-lag har gleden av å invitere barn og ungdom opp til og med 13 år fra Glåmdalsregionen til O-troll leir på Skarnes, helgen 17. til 18. september.

Alternative løyper for alle nivåer, man må ikke ha tidligere erfaring for å være med.

Fremmøte: lørdag kl. 11.00 ved rådhuset, Øgardsvegen 2 på Skarnes. Merket fra rundkjøringen Fv24/Fv175 i sentrum av Skarnes.

### PROGRAM

Alle må spise frokost hjemme før avreise og komme i treningsklær.

#### Lørdag:

11.15-12.30	Første økt
12.30-13.30	Reise til Karterud og sette fra seg sakene sine  Les om Karterud her: <a href="https://odal.dnt.no/karterud/">https://odal.dnt.no/karterud/</a>
13.30-14.30	Lunsj
14.30-16.30	Andre økt
17.00-18.00	Middag
18.15-19.00	Organisert lek og moro
20.00-21.00	Kveldsmat

#### Søndag:

07.30-08.15	Frokost/lage matpakke til løpet
08.15-08.45	Pakking
8.45-09.30	Vasking av hytta
09.30	Avreise til Le Tour de Glåmdal, finaleløp (meld deg på selv i Eventor på forhånd)

#### Pakkeliste:

Sengetøy (putevar, dynetrekk og laken eller sovepose)

O-tøy/andre treningsklær. Minst 2 skift.

O-sko og/eller joggesko

Håndkle, såpe og toalettsaker

Tøy etter vær og temperatur

Litt lommepenger til løpet søndag

- Deltakende klubber stiller med en leder pr. 4. deltaker. Barn under 10 år bør ha med voksen
- Ingen egenandel. Alle får lunsj begge dager, middag og kvelds på lørdag og frokost søndag
- Søndagen morgen avreise for å gi de som ønsker mulighet til å delta i finalen av Tour de Glåmdal
- Med forbehold om nok deltakere
- Påmeldingsfrist til Pål Valsgård, [palvalsgard@hotmail.com](mailto:palvalsgard@hotmail.com), Tlf. 99152783 innen søndag 11. september

**Velkommen!**