



Dalarnas Orienteringsförbund Ungdom

USM 2026

Nu är det inte långt kvar till årets USM-resa i Enköping. Kul att du följer med! Vi kommer att vara ett härligt Dala-gäng som åker i väg tillsammans för en minnesrik helg. Se det som en vanlig tävlingshelg där det finns bara möjligheter och vårat fokus är att ha roligt!

Nedan följer ett grovt program av vad som väntar. Vi rekommenderar **alla** att läsa igenom PM för tävlingarna noga eftersom det delvis skiljer sig från andra tävlingar.

PROGRAM

Fredag 11 september

Kl. 08:00	Avresa Mora, (Vasaloppetshus), stopp i Leksand (Circle K) ca kl 08:50
09:00	Avresa Falun (St 1 vid Stora Coop)
09:20	Avresa Borlänge (ICA Maxi)
ca 11:30	Ankomst Enköping för samling och lunch (egen medhavd)
12:30	Karantän öppnar. Karantän är mobilfri så ett tips är att ta med kortlek, bok etc.
14:30	Alla ska vara på plats i karantänen. Första start kl. 15:00
Efter målgång finns inomhusdusch i närheten av arenan	
17:00-18:30	Middag serveras på arenan efter loppet
18:30	Samlings distriktsvis på arenan för invigning och prisceremoni
20:00	Incheckning på Westerlundska gymnasiet
21:00 - 21:30	Kvällsfika
Genomgång inför lördagens långdistan.	



Dalarnas Orienteringsförbund Ungdom

Lördag 12 september

07:00 – 8:00	Frukost
Ca kl 09:00	Avresa till arenan, avresetider för de olika bussarna bestäms på plats, restid cirka 30 min.
11:00	Första start långdistans
12:00–15:00	Fältlunch serveras på arenan
Dusch utomhus vid arenan	
Ca 14:45	Prisutdelning på arenan
17:30 – 18:30	Middag på boendet (Westerlundska gymnasiet)
18:30	Kvällsaktiviteter för deltagare
21:00 – 22:00	Kvällsfika på boendet
Genomgång inför söndagens distriktsstafett och utdelning av Dalatröja att tävla i. Lagen kommer tas ut på plats, Dalarna har 6 lag anmälda så att alla som vill kommer att få springa. Lagen tas ut utifrån resultat under lördagen och säsongen i stort.	

Söndag 13 september

05:45 –07:00	Frukost
Utcheckning från boendet där vi städar och tömmer klassrummen på våra saker	
Ca kl 07:30	Avresa till arenan, avresetider för de olika bussarna bestäms på plats, restid cirka 30 min.
09:00	Första start distriktsstafett. Löpordning H16 – D15 – H15 – D16.
11:00 –	Fältlunch serveras på arenan
Dusch utomhus vid arenan	
12:45	Prisutdelning på arenan
Hemresa när alla är i mål, har duschat och vi har packat ihop.	



Dalarnas Orienteringsförbund Ungdom

Transport: Vi kommer åka minibussar dit och hem på motsvarande sätt som till USM-läget. Är det någon som stiger på bussen på ett annat ställe än angivet vid anmälan så vänligen meddela oss ledare så att vi har koll!

Logi: Vi kommer att bo distriktsvis på hårt underlag på Westerlundska Gymnasiet i Enköping som arrangören erbjuder. Kom ihåg luftmadrass, sovsäck/täcke och kudde.

Mat: Merparten av måltiderna (frukost, lunch, middag och kvällsfika) ingår i deltagaravgiften för tävlingarna/resan.
Fredagens lunch tas med av var och en.
I karantänen på fredagen finns utbud av fika och lättare förtäring. En välsorterad servering finns på arenan lördag och söndag.

Dalakläder: Kom ihåg att ta med Dalahoodien för dem som har. Till stafetten får alla låna dala-tshirt.

Utrustning: Sedvanlig OL-utrustning för sprint och långdistans, sportident-bricka, vattenflaska, luftmadrass, sovsäck/täcke, kudde, tandborste, handduk och kläder för alla väder.

Återbud: En förutsättning för att Du ska få följa med är att du är frisk.
Återbud lämnas till Kristin Dahlqvist 070-6580819.

Kostnad: Ca 1.500 kr faktureras klubben/deltagare efter USM.

Doping: Tar du någon form av mediciner se till att du har läkarintyg med dig.
Dopingkontroll kan förekomma. Informera ledarna om detta.



Dalarnas Orienteringsförbund Ungdom

Ledare: Kristin Dahlqvist (070-6580819) och Eva Nordkvist (070-3440716) OK Kåre, Josefina Rytterkull (070-2968520) Stora Tuna OK, Joakim Skärlén IFK Mora OK, Anna Persson (OK Kåre). Vid eventuella frågor kontakta någon av oss ledare.

Vi ser fram emot en rolig tävlingshelg tillsammans med er där vi alla hejar fram varandra! Under hela helgen ansvarar vi alla för att DOF:s värdegrund följs!

