



Jämtland-Härjedalens  
Orienteringsförbund

## Inbjudan JH orienteringsläger 2026

### Lördag 22/8 – Söndag 23/8

Jämtland-Härjedalens orienteringsförbund inbjuder till orienteringsläger i Järpen, Röjsmon. Lägre har fokus på samvaro mellan klubbarna, både barn, ungdomar och vuxna samt att få träna orientering på våra fina kartor efter O-Ringen.

**För vilka:** barn och ungdomar 9-20 år samt parasportare i alla åldrar. Övningarna kommer att vara från vit till svart nivå. Du anger i anmälan ålder. Vi kommer att dela in i åldersgrupper 9-10 år, 11-12 år, 13-14 år, 15-20 år. På söndagens träning går det att välja att delta i en äldre eller yngre grupp om man önskar.

För er 13 år och äldre (och uppnått orange – svart nivå) så kommer fokus vara på orienteringsteknik i mer utmanande svårighet.

**Sista anmälan:** Anmälan görs på följande länk, så tidigt som möjligt dock senast den 12 augusti. <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/26629>

**Syfte:** Att ge deltagarna ett bra träningsläger med hänsyn till såväl orientering som social samvaro. Det ska vara ett roligt och givande läger!

**Ledare:** Respektive klubb bidrar med ledare som är hjälpledare på övningarna, skjutsar ut till träningarna och bor tillsammans med ungdomarna. Tänk ungefär 1 ledare på 5 ungdomar.

**Boende:** Boende på hårt underlag i curlinghallen i Röjsmohallen. Det kommer även finnas möjlighet att tälta för de äldre ungdomarna i närheten till Röjsmohallen. Enstaka rum finns tillgängligt på vandrarhemmet som prioriteras för parasportare.

**Program:** Lägret startar på lördag den 22 augusti kl 9.30 samling vid Röjsmohallen, Järpen och avslutas på söndag 23 augusti efter lunch. Avgift: Max 700 kr (kan bli lägre) faktureras klubbarna i efterhand (både ledare och deltagare) och inkluderar mat enligt nedan, en natts boende och kartor.

**Mat:** På lägret ingår på lördagen - lunch, middag, kvällsfika och på söndagen frukost och lunch. Meddela behov om specialkost i anmälan.

**Packning:** Luftmadrass, sovsäck, kudde, (sängkläder för er som bor i vandrarhemmet) toalettartiklar, handduk, badkläder, träningskläder och vanliga kläder för alla väder, kompass, SI-pinne (om du har annars finns att låna), ol-skor, springskor asfalt, vattenflaska (vätskebälte för er 13-20 år), överdragskläder, regnkläder och extra varma kläder att ta på sig efter träning.

**Frågor:** Christina Thomas, [chrgre01@yahoo.se](mailto:chrgre01@yahoo.se), 070-435 01 91