



Gustavsbergs OK bjuder in till 13-14 träff Söndagen den 13 Mars 2026

- Samling:** Lillsveds Idrottsfolkhögskola, Värmdö
<https://maps.app.goo.gl/muRFmmZTDt5B1FN19>
- Färdmedel:** Bil: Samåk gärna
Kollektivtrafiken: Buss 437
Busshållplats, Lillsved
- Program med cirkatider:** 10.00 Samling vid gymnastikhallen, följ skärmar från parkeringen.
Ombytt och klar för sprint-OL, överdragsjacka v.b. som lätt tas av innan start för OL-athlon. (Skoval beroende på väder + rena gymnastikskor för inomhusaktivitet)
10.30 OL-athlon
Ca 11.30 Dusch och ombyte
12.00 Lunch
13.00 Foto-Marathon
14.15 Fika och avslutning
Slut ca kl. 15.00
- Utrustning:** Orienteringskläder efter väder
Skoval: OL-skor + Rena inomhusskor (för löpning)
Skohorn är tillåtet att ha med sig, märk gärna detta med ditt namn.
Kompass, SI-pinne, vattenflaska och ett glatt humör.
Handduk och ombyte
- Anmälan:** På Idrott online senast den 9 Mars 2026. Ange behov av specialkost.
- Frågor:** Kontaktpersoner:
Maria Sandström Gustavsbergs OK eller 0709323722
maria.sandstrom@capnos.se
Per Forsberg StOF
per.forsberg@sdfstockholm.se eller 08-6274050
- Kostnad:** StOF debiterar klubbarna 300 kr/deltagare i efterhand.

Välkomna!