

Välkommen till Hällevikslägret 2023!

I informationsmaterialet från RF-SISU Blekinge kan du läsa det mesta du behöver veta om lägret i augusti. Vissa punkter är dock speciella för oss orienterare.

- **Två** uppsättningar **OL-kläder** är bra att ha med sig eftersom det är flera pass per dag och kläderna kanske inte hinner torka mellan. Samma sak gäller för **handduk**.
- Medtag även lite **varmare kläder**, det kan vara kyligt trots att det är sommar. Var och en tar med sig vatten ut till träningarna, ta med en **vattenflaska**.
- **SportIdent-pinne** och **kompass** finns att låna om man inte har egen men kolla gärna med klubben om ni kan låna där.
- Eftersom vi kör vår traditionsenliga nattorientering med grillning på onsdagskvällen så är en **pannlampa** bra att ha, har du ingen egen så kolla med din klubb om dom har att låna ut.
- Notera att **sängkläder** och **kudde** skall medtagas och glöm inte att ta med ett **hänglås** till skåpet.
- Om man vill kunna somna innan det släcks på logementet så kan sovmask och öronproppar vara bra att ha med sig.

Speciell utrustning för orientering:

- ✓ Vattenflaska
- ✓ Två uppsättningar OL-kläder
- ✓ OL-skor
- ✓ Löparskor
- ✓ Skavsårspåsar
- ✓ SportIdent-pinne
- ✓ Kompass
- ✓ Pannlampa
- ✓ Dusch-artiklar, 2 handdukar
- ✓ Badkläder
- ✓ Sängkläder (kudde, lakan, täcke alternativt sovsäck)
- ✓ Hänglås
- ✓ Varma kläder

Om det finns föräldrar har möjlighet att hjälpa till med utsättning och inplockning så kan ni höra av er till oss. Så kan vi fokusera mer på att ta hand om ungdomarna.

Välkomna önskar lägerledarna!