



Jämtland-Härjedalens
Orienteringsförbund

Inbjudan JH orienteringsläger 2025

Lördag 23/8 – Söndag 24/8

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. Vi kommer på lördag förmiddag träna på Järpenkartan, lördag eftermiddag sprint i Järpen och på söndagen i Trillevallen. Målsättningen är att ha några ledare som kan följa upp er äldre och ge återkoppling.

Sista anmälan: Anmälan görs på följande länk, så tidigt som möjligt dock senast den 14 augusti. <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/23918>

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 sker i vandrarhemmet och på hårt underlag i curlinghallen i Röjsmohallen. Vandrarhemmet prioriteras för äldre och parasportare. Vi meddelar efter anmälan hur många som får plats på vandrarhemmet.

Program: Lägret startar på lördag den 23 augusti kl 9.30 samling vid Röjsmohallen, Järpen och avslutas på söndag 24 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: Kontakta Marie Ohlsson, OK Storsjön a.marie.ohlsson@gmail.com, 073-0442307 eller Sofia Gyllenswärd, Åre OK, sofia@gyllensward.com, 0793340278.