



**NORSK
ORIENTERING**

VILT, VAKKERT OG RÅTT

TRENINGSSEMINAR I ORIENTERING

Norges Orienteringsforbund i samarbeid med Trenerforeningen (TNO) inviterer til treningsseminar i Levanger i forbindelse med NM sprint og Craft-cup.

Dato/Tid: **Fredag 14. mai kl 16.30 – 20.00**
Sted: **Høgskolen i Nord-Trøndelag (HiNT), Røstad, Levanger**
Rom: **Orangesalen i Nylåna – rom 2.103**
Målgruppe: **Utøvere, trenere, ledere og andre interesserte**

Program

- 16.30 Åpning v/ Eivind Tonna og Lene Kinneberg, Orienteringsforbundet
- 16.40 **Presentasjon av HiNT – studietilbud** v/studieleder Terje Rønning
- 16.50 **Intensitetsstyring o-løpere** v/Oddbjørn Floan, OLT avd.Nord-Trøndelag
- 17.45 **”VM2010, mål og konsekvenser”** v/ landslagsløper Olav Lundanes
- 18.30 Pause m/frukt
- 18.50 **Treningsplanlegging o-løpere** v/Egil Johansen (forf. av ny bok).
- 19.45 Oppsummering og avslutning
- 20.00 Vi forflytter oss til sjøkanten og hyggelig prat og kos rundt bålet.

Seminaret er bevisst lagt i tilknytning til NM og Craftcup helg da mange aktive, trenere og ledere befinner seg i Levanger-området.

Påmelding innen mandag 10. mai til lene.kinneberg@orientering.no

Lett servering før oppstart fra kl 16.15 og underveis i seminaret.

Deltakelse på seminaret er gratis.

 hovedsponsorer:



Scatec
Scandinavian Advanced Technology



 hovedsamarbeidspartnere:

CRAFT 