



Nydalens Skiklub og AOOK inviterer til



# O-TROLL LEIR



12. - 13. september 2009  
med overnatting

**Frammøte:** Lørdag 12. september ca fra kl. 14.00 på Maridalen skole. Endelig tidspunkt vil bli bestemt og annonsert til klubbene og på [www.nydalen.idrett.no](http://www.nydalen.idrett.no) når starttider for Nydalten er klare. Vi oppfordrer til deltakelse på Nydalens løp før avreise til samlingen.

**Overnatting:** Maridalen skole

**Deltakere:** O-troll leiren er åpen for alle som er 10-12 år (født 1997-1999) i klubbene Østmarka, Raumar, Nittedal, Nydalen, Kamp/Vestheim, Sentrum, Koll, Lyn, Sørbråten, Kjelsås, Fet OL, OK Øst, Gjerdrum, Frogner, Hurdal, Nes og Ullensaker

**Pris pr deltaker** er kr 200,- som faktureres klubbene i etterkant i henhold til antall påmeldte.

**Ta med:** Kompass, notisbok, penn, regntøy, tøyskift (tilstrekkelig til to dager i skogen) og flere ekstra par sokker, ekstra sko, overnatningsutstyr (sovepose og liggeunderlag), håndkle/toalettsaker, lykt for nattorientering (enkel hodelykt er nok), EKT-brikke. Fortrinnsvis må EKT brikker til egne løpere medbringes, men vi har noen brikker som kan lånes.

**Deltakerpremie:** Alle får deltakerpremie gitt av Akershus og Oslo orienteringskrets.

**Ledere fra klubbene:** Vi ber klubbene stille med en leder dersom klubben har 6 eller flere påmeldte deltakere.

## PROGRAM:

### Lørdag:

**Ca 14:00** Oppmøte og registrering  
**15:00** O-teknisk økt fra skolen  
**18:00** Middag serveres.  
**20:00** Nattskattejakt med quiz – husk hodelykt.  
**22:00** God natt.

### Søndag:

**08:00** Frokost  
**10:00** Avreise til Rekruttene o-dag i Frognerparken.

**Klubbene har selv ansvaret for transport for sine ungdommer til Skøyen skole i Frognerparken (parkering på Smestad skole).**

**NB!** Påmelding til o-troll leiren er **ikke** samtidig en påmelding til arrangementet i Frognerparken. Du melder deg på her:

<http://www.heming.no/idretter/orientering/>

### **Påmelding senest mandag 7. september:**

Til kretsen ved Reidunn Hallan, [reidunn.hallan@orientering.no](mailto:reidunn.hallan@orientering.no)

**Informasjon om leiren:** [jon.iver.bakken@hafslund.no](mailto:jon.iver.bakken@hafslund.no) eller [kama@novonordisk.com](mailto:kama@novonordisk.com)

*Velkommen til en leir hvor du kan ha det gøy og få mange nye venner!!*



