

Rikslägret 2019



TMOK kommer i år att satsa lite extra på det mer avancerade Rikslägret i orientering. I år går lägret i Idre och samlar ungdomar från hela Sverige i åldrarna HD13-16. Lägret är tufft, men fantastiskt lärorikt och framförallt kul!

Vem	HD13-16+ klubbledare
När	23-28 juni 2019
Var	Idre
Boende	Stuga/Lägenhet
Kostnad	2000 kr (inkl resa + helpension) [Klubben sponsrar halva kostnaden]
Klubbledare	Åsa Mårzell + Patrik Adebrant
Resa	Gemensam buss med StOF-söderklubbar
Krav för deltagande	• Under våren 2019 ska du springa minst 4 individuella tävlingar på orange eller violett nivå (Ungdomsserien räknas förstås) • Delta i minst en ungdomsstafett för TMOK (Kolmårdskaveln, 10-mila, Stigtomta, etc) • Vilja träna i fjällmiljö och kunna ta feedback från skugga/tränare för att förbättra din OL-teknik.
Intresseanmälan:	Under "TMOK klubbaktiviteter" senast 1 april för samordning av resor+boende. Länk: https://eventor.orientering.se/Activities/Show/9516
Inbjudan	http://www.svenskorientering.se/forening/Barnochungdom/rikslagret/Nyheter/inbjudanrikslagretsommar2019/
Film från lägret 2018	https://www.youtube.com/watch?v=5KWdMObiRYw
Frågor	Åsa Mårzell, asa.marsell@gmail.com Patrik Adebrant, patrik_adebrant@hotmail.com

Hoppas vi blir riktigt många från TMOK! Nu kör vi!

//Åsa+Patrik