



INDBYDELSE TIL U1 KURSUS I AABENRAA

Hej U1-løber

Så er det igen snart U1-tid og vi skal til Sønderjylland.
Kurset er for ungdomsløbere, der i 2025 har en alder af ca. 10-13 år.
(Yngre børn er velkomne, hvis i følgeskab med forældre/voksne)

Møde- og overnatningssted: Kongehøj Skolen, Tøndervej 90, 6200 Aabenraa

Tid: Fra lørdag den 18. januar 2025 kl. 11.00 til søndag den 19. januar 2025 kl. 14.15

Tilmelding: Gennem O-service, senest **fredag den 10. januar 2025**

Du må meget gerne opfordre din mor og/eller far til at deltage som hjælper/leder. Voksne, der deltager som hjælpere, skal også tilmelde sig. Som hjælper vil der være mulighed for at komme i skoven som "skygge" på en bane eller som postindsamler efterfølgende.

Pris: 300 kr. for børn (dækker udgifter til kost, ophold og kursusmateriale).
Hjælper/ledere deltager gratis (men husk tilmelding).

Din klub skal indbetale kursusafgiften til Anne Mølgaard Nielsen på konto nr.: 9385 -1110111769
(Spar Nord) - husk at skrive "vedr. DOF Syd U1-kursus".

Info: Du kan løbende finde flere informationer vedr. kurset - inkl. programmet - på vores facebookside - <https://www.facebook.com/groups/sydu1/> eller på <https://do-f.dk/klubvaerktojer/kredse/sydkredsen/born-og-unge/u1-gruppen>

Er der specielle hensyn med sygdom, medicin eller andet **skal** vi vide det.

Medbring: På næste side finder du en afkrydsningsliste, så du nemt kan pakke tasken. Husk især godt med varmt overtrækstøj, da det kan være koldt at vente i skoven.
Det anbefales, at du skriver navn på de ting, du medbringer.

Transport: Din klub skal sørge for at arrangere transport. Der opfordres til samkørsel.

Har din mor eller far mulighed for at bage 25 boller, pølsehorn eller lign, som vi kan tage med i skoven, så giv mig gerne besked.

Vi ses.

På ungdomsudvalgets vegne
Anne Mølgaard Nielsen
Mobil 2393 1920
annemn2903@gmail.com



Medbring – U1 weekendkursus	Barn 1	Barn 2	Barn 3	Forælder	Forælder
O-løbstøj og grej					
2 sæt løbetøj (mød gerne op i det ene sæt o-løbstøj)					
Skiundertrøje + evt. skiunderbukser (tjek vejruddsigten)					
SI-brik (hvis man har, ellers kan man låne)					
Kompas (hvis man har, ellers kan man låne)					
Rød tusch					
Lommelygte eller pandelampe					
O-løbstaske eller turtaske og campingstol/tæppe					
Evt. regnslag til turtaske					
Evt. løbeur + oplader					
Skiftetøj til 2 dage - til eftermiddag/aften, antal strømper og underbukser er totalt for hele weekenden 😊					
Strømper x 4 (især hvis regnvejr)					
Underbukser x 2-4					
Bukser x 2					
T-shirts x 2					
Varme trøjer x 2					
Toiletsager					
Tandbørste					
Tandpasta					
Kam/hårbørste					
Shampoo/balsam					
Bodyshampoo					
Håndklæde					
Evt. andet (medicin, tandtråd, hårelastikker, hårtørrer, kontaktlinser, plaster osv.)					
Sko					
O-løbssko					
Kondisko (eller vinterstøvler)					
Evt. gummistøvler – tjek vejruddsigten					
Evt. indesko					
Sovegrej					
Liggeunderlag/luftmadras					
Sovepose eller dyne					
Hovedpude					
Lagen					
Nattøj					
Evt. andet (vådliggerlagen / natble, bog, bamse)					
Diverse					
Tallerken (evt. både dyb og flad)					
Krus					
Bestik					
Viskestykke					
Sygesikringskort					
Stor madpakke til frokost lørdag					
Drikkedunk med skruelåg					
Pose til vasketøj (for at kunne adskille rent og beskidt i tasken)					
Evt. lommepege til U1-slikboden (max 20 kr.)					
Evt. regntøj, vinterjakke og overtræksbukser – tjek vejret					
Evt. hue, vanter, halsedisse – tjek vejruddsigten					

Note: Mobiltelefoner er velkomne, men der henstilles til, at de primært bor i tasken.