

Indbydelse til U2-kursus i Silkeborg

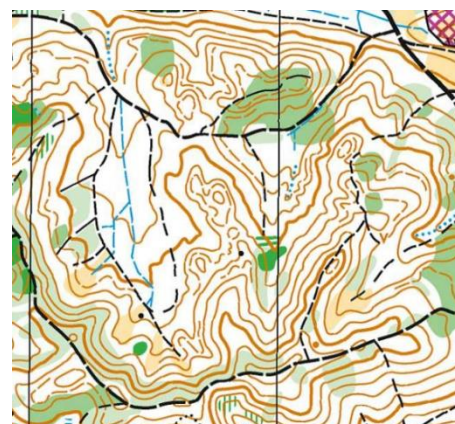
Kære seje U2'ere! Vi har savnet jeres gode humør siden sommerlejren og I inviteres hermed til et brag af en weekendsamling i de Østjyske alper – nærmere bestemt: Silkeborgskovene. Området er et hyppigt træningsmål for mange af de bedste løbere i Danmark, hvilket ikke er uden grund! Med en masse fede træninger på programmet, mulighed for teknisk sparring, lækker mad, hyggeligt samvær og (som altid) god underholdning, bliver dette en samling I ikke vil gå glip af 😊 😊



- Deltagelse:** Alle orienteringsløbere fra Syd-Kredsen som er 13 til 16 år, kan deltage i kurset.
- Træning:** Vi starter med en nattræning for de friske fredag aften i Vesterskoven. Lørdag byder på en formiddagstræning i Hårup Sande samt en eftermiddagstræning i Sønderskoven. Søndag slutter vi med en enkelt træning i Nordskoven.
- Dato:** Fredag eftermiddag d. 19/11 – søndag eftermiddag d. 21/11 2021
- Sted:** Silkeborg med overnatning på [Langsøskolen](#)
- Tilmelding:** Senest torsdag d. 15/11 2021. I feltet ” bemærkninger til arrangør” på [o-service](#) skriver du, hvor du ønsker at blive samlet op, hvilken sværhedsgrad du løber og om du har nogle særlige ønsker til mad (f.eks.: Vejle, Let, Laktoseintolerant).
- Transport:** Der er transport med opsamling i Odense, Vejle, Fredericia og Bramdrupdam. Transportplanen lægges ud i vores facebookgruppe ”[U2 syd](#)” og [U2-grupens side](#), efter sidste tilmelding.
- Pakkeliste:** Løbetøj til 4 løb, løbesko, kompas, varmt skiftetøj til efter træning, almindeligt tøj, tallerken, bestik, krus, viskestykke, drikkedunk, sovepose, liggeunderlag, pandelampe til fredagstræningen, rød pen, lommepege til sliktur OG madpakke til fredag aften.
- Pris:** 450,- kr. som skal indbetales klubvis til: reg.nr. 9385 konto nr. 1110111769. Husk at skriv indbetalingen er vedr. DOF Syd U2-kursus.
- Kontakt:** Hvis der er spørgsmål, skal I endelig ikke holde jer tilbage. Vi kan kontaktes på:

Holger Vangsbjerg Petersen
E-Mail: holgervp@gmail.com
Tlf: 27 28 16 18

Rikke Nygaard Rasmussen
E-mail: rikk299c@gmail.com
Tlf: 51 75 73 23



Vi glæder os til at se jer alle!
På vegne af alle U2-lederne.