

Henrik Jørgensen
Sognsvannsveien 50D
0372 Oslo, Norge
tlf.: +47 404 53 444
tlf.: +45 20 42 15 44

Til Nordkredsens Junior-gruppe
Ungdoms Udvalg
Instruktører
Klubungsledere

Indbydelse til kursus i Gøteborg d. 4-6/3 2005

Så går turen over vandet. Weekenden byder på sjovt o-løb i nye terræner, köttbullar och mos og selvfølgelig lösgodis.

Tid: Fra fredag d. 4/3, ankomst til hytten ca. kl. 24.00
Til søndag d. 6/3, afgang fra hytten ca. kl. 12.00

Emne: Orienteringsløb i nordisk terræn. Sæsonstart. Stafetræning.

Sted: En hytte i Gøteborg.

Pris: 250,00 kr. der dækker transport, kort, kursusmateriale, overnatning, forplejning,-turnering, mv.

Program: fredag aften: Cruise med Sten A
Lørdag: Stafetræning med kort og kompas
O-løb med kort og kompas
Søndag: O-løb – langt... meget langt

Tilmelding: Senest fredag d. 11/2 – 2005 til din ungdomsleder i klubben, men gerne tidligere.
Ungdomslederen tilmelder dig pr. e-mail senest søndag d. 13/2 2005 (også gerne før) til:

Henrik Jørgensen
juniorgruppen@kredsnord.dk

Samtidig indbetales kursusafgiften på postgiro:

6 35 84 11
DOF Nordkredsens Ungdomsudvalg
Johan Mac Lassen
Fjordbakken 39
9560 Hadsund

Instruktører: Torbjørn, Bjarke, Nicolai, Claus og Henrik

Rejseplan: Kan ses på www.buu.kredsnord.dk
og bliver tilsendt i ugen op til kurset. (så vidt muligt pr. e-mail).

Medbring: postdefinitionsholder, kompas, løbetøj (varmt), overtrækstøj (også varmt), hue, vanter, liggeunderlag, sovepose, tallerkner, bestik, krus, ur, pandelampe.
Godt humør og og røde næser.

På ledernes vegne

Henrik