

Dansk Orienteringsforbund indbyder til træningssamling for Nordkredsens junior gruppe:

Til Nordkredsens Ungdom 2:

- Klubungsledere
- Ungdomsudvalg
- Instruktører/trænere

### **Indbydelse til junior-kursus 30/1-1/2 2009 i Bjerringbro**

Så kører det igen. Et helt nyt år venter. Et år med masser af o-løb, spændende træninger, sjov og ballade,

festlige ledere, alle vennerne, boldspil, kage og meget meget mere.

Det hele starter med et brag af et kursus i Bjerringbro, hvor vi skal løbe i en masse spændene skove og så selvfølgelig spise hotdogs.

Kurset bliver et fælleskursus med U2-gruppen, men hvor begge grupper får egne lokaler og egne træninger.

Der bliver selvfølgelig træninger i alle længder og forskellige sværhedsgrader. Så skynd dig at tilmelde dig.

#### **Tid:**

Fra fredag d. 30. januar (ankomst Bjerringbro ca. kl. 19).

Til søndag d. 1. februar (afgang Bjerringbro ca. kl. 15).

#### **Sted:**

Bøgeskovskolen, Koldskær 8, 8850 Bjerringbro.

#### **Emne:**

Sidste sikre udgangspunkt/Indløbspunkt og trafiklysmetoden/farttilpasning

#### **Program:**

Fredag: Natløb

Lørdag: To træninger

Søndag: En træning

#### **Pris:**

**300 kr.** der dækker transport, mad, logi, kort, instruktion, skygning mm.

#### **Ledere:**

Morten Pedersen, Palle Korsbæk, Karina Boen Knudsen, Christian Christensen, Lasse Korsbæk, Line Højmark, Tim Christoffersen, Martin Christensen, Torbjørn Gasbjerg m. fl.

#### **Medbring:**

Løbetøj, løbesko, skiftetøj, pandelampe, sovepose, liggeunderlag,

**KOMPAS**, rød tusch, drikkedunk, SYGESIKRINGSBEVIS, masser af varmt tøj, **madpakke til fredag**, bestik, tallerken, kop, godt humør, og alt det andet du plejer at medbringe.

**Tilmelding:**

Du skal tilmelde dig **senest søndag den 18. januar 2009** til din klubungdomsleder, som vil sørge for at tilmelde dig SENEST (og gerne før) mandag den 19. januar 2009.

Til: **Thomas Skouenborg**  
E-mail: [thomas@skouenborg.net](mailto:thomas@skouenborg.net)  
Tlf.: **2972 3885**

Vær venlig at overholde fristerne for tilmelding, da vi skal have lavet endelig bestilling af busser.

Samtidigt indbetaler din klubungdomsleder deltagergebyret på  
Konto: 6840 0000222268  
Jette Viborg Sørensen  
Nyborgvej 86  
5700 Svendborg

Med hensyn til afbud, så *skal* de meldes inden weekenden til **Thomas Skouenborg**.

Det er uacceptabelt først at give besked ved opsamlingsstedet, eller bare undlade at møde op. Kommer man først senere, eller skal hjem før tid, så oplys venligst dette ved tilmelding.

**Transport:**

Transportplanen bliver offentliggjort på BUUs hjemmeside <http://buu.do-f.dk/buu/buukrsjnr.asp>, senest mandag d. 26. januar.

**Kagebager:**

Offentliggøres i transportplanen.

**Spørgsmål:** Forvirret eller i tvivl om noget, er man meget velkommen til at henvende sig til Morten P (2214 1207), Torbjørn (2225 2556) eller Thomas (2972 3885)

VI SES

**Torbjørn og Morten P**

**PS:** Det næste kurser bliver 27/2-1/3 2009