



BUSKERUD ORIENTERINGSKRETS



Treningsssamling Spania i vinterferien 😊

Treningsutvalget i Buskerud o-krets inviterer alle junior/seniorløpere og 16 åringer (født 2001) til treningsssamling i Spania 28. februar- 05. mars.

Vi vil benytte oss av treninger og løp i forbindelse med Andalucia O-meeting

Sjekk info på: www.sun-o.com

Program:

Tirsdag: Avreise med fly fra Gardermoen til Malaga i Spania. Ca 2 ½ time kjøring fra Malaga til Canos de Meca hvor vi skal bo.

Onsdag: 2 treninger

Torsdag: 2 treninger

Fredag: Model Event + nattløp

Lørdag: Langdistanse , Andalucia O-meeting

Søndag: Mellomdistanse (city race), Andalucia O-meeting + hjemreise. Vi får lov til å starte tidlig søndag så vi rekker flyet 😊

Overnatting i leiligheter, treningskart og leiebiler bestilles felles av kretsen. Vi vil benytte oss av arrangørens opplegg.

Alle som melder seg på må bestille flybilletter selv:

Norwegian fra Gardermoen til Malaga tirsdag 28. februar kl.14.10

Norwegian fra Malaga til Gardermoen søndag 05. mars kl. 14.50

Pris for overnatting med frokost og middag, leiebiler, og treningsopplegg vil ligge på ca. kr. 2000 pr person. Flybilletter og startkontingent kommer i tillegg.

Isa Heggedal fra Konnerud blir med som hovedleder. Vi trenger en leder (minst 25 år) pr. 8. utøver i forhold til å kjøre leiebil. De som ønsker å stille som leder/trener tar kontakt med Isa (isaheg@online.no)

Påmelding i [eventor](#) innen 1. desember