



## Velkommen til mandagstrening i Lillehammer Orienteringsklubb, våren 2021!

For barn og ungdom fra 7 til 16 år. Mandager fra kl. 18.00 til 19.15

Treningene vil inneholde lek både med og uten kart og kompass! Som tidligere lager vi et tilpasset opplegg for de ulike aldersgruppene og satser på at vi også i år har mange gode hjelpetrenerne og foreldre med oss. Treningene er åpne for alle, men med innmelding i klubben ved deltakelse mer enn tre ganger.

Vi overholder gjeldende regler for smittevern håndtering gitt av myndighetene og Norges Orienteringsforbund, men håper at vi i løpet av vårsesongen kan slappe mer av rundt dette. Følg med på facebook-gruppa og hjemmeside for oppdatering om programmet for den neste treningen.

Barna vil deles inn i grupper 7-9, 10-12 og 13-16 år. Det er ønskelig at foreldrene blir med de yngste barna. Det skal ikke være kontakt mellom gruppene. Internt på gruppene er kontakt i orden, der øvelsen krever det. Vi ber dere følge godt med på all informasjon som gis. Det er viktig at den enkelte bidrar til å unngå smittespredning! Husk handvask og sprit før og etter trening.

Plan for oppmøtested er satt opp under, men følg med på facebook-gruppa «Lillehammer Orienteringsklubb» og kalenderen på vår hjemmeside [www.lillehammerorienteringsklubb.no](http://www.lillehammerorienteringsklubb.no) i tilfelle vi blir nødt til å gjøre endringer.

12.april	Badedammen, Stampesletta
19.april	Badedammen, Stampesletta
26.april	Badedammen, Stampesletta
3. mai	Maihaugen v/utescene
10. mai	Maihaugen v/utescene
17. mai	HURRA!
24. mai	Vingar skole
31. mai	Åretta skole
7. juni	Hovemoen, Hovemovegen like før nr.194
14. juni	Mosodden v/Fuglekikkertårnet

**Velkommen på trening!**