



Teknikeventyr d. 8.-9. juni i Olofström

Arrangeret af OK Sorø for alle VTR-klubber



TEKNIKTUREN til Olofström

Teknikturen er en lejlighed til at afprøve grænserne for, hvor svære baner du kan løbe.

Turen til Blekinge har kørt et par år med succes, og i år bliver der også mulighed for en tur til Olofström. For teknikturen gælder:

- **Afgang fra Sjælland lørdag morgen ca. kl. 8, hjemkomst søndag eftermiddag senest kl. 16.**
- **Afprøv grænserne** for, hvor svære baner du kan løbe, med brug af teknikker fra lørdagene
- **Vælg mellem 3 / 5 / 7 km SUPER SVÆRE/SORTE normale orienteringsbaner** (ikke teknikbaner)
- **Vi løber sammen i smågrupper på 2-3 løbere.** Grupperne er matchet hjemmefra, og vi hjælper hinanden igennem banen og diskuterer teknikken undervejs (sololøb er også tilladt).
- **Ingen tidtagning**, der er fokus på teknik - dog om muligt gps-sporing til o-track eller lignende.
- **Fælles overnatning og mad**, som klubberne hjælpes ad med at arrangere.

OK Vilse ligger i Olofström og har Blekinges lækreste orienteringsterræn, og tidligere O-ringen-banelægger Thomas Henmyr ruller baner ud til os. Vi overnatter i Ødegården Boafall. Udgift per deltager 700 kr. inklusive alt: biltur, fælles forplejning, overnatning, og naturligvis de to træninger. **Tilmelding og betaling før 15. maj 2024** til jesperborsting@post.tele.dk.