



RIKSLÄGRET SOMMAR 2020

21-26 juni i Idre Fjäll 13-16 år
Inbjudan

Det här ingår: Förutom att umgås och träffa ungdomar och ledare från hela Sverige ingår ett smörgåsbord av teknikträningar, föreläsning, aktivitetskort och en present. Helt gratis mat och boende i stuga fem nätter.

Resa och ledare: Resa till och från Idre ordnar du själv tillsammans med din förening, samordna gärna med andra föreningar. Under lägret behöver ni ha tillgång till transport för att ta er till träningarna. Varje klubb ska ha med minst en ledare per påbörjat tiotal deltagare, gärna fler ledare om möjligt. Samarbeta gärna med andra klubbar. Som ledare är du ansvarig för ungdomarna både under träning och all övrig tid.

MTBO: Du kan även delta på Rikslägret som mountainbikeorienterare, ta med din egen cykel eller hyr på plats. Träningar och områden är anpassade, all annan aktivitet är gemensam med övriga lägerdeltagare.

Anpassa efter eget behov: För att minska belastningen på kroppen kan alla som vill kombinera/växla mellan OL och MTBO som de vill under veckan. Ange detta vid anmälan.

På rikslägrrets [blogg](#) kommer mer information att läggas ut under våren. Se [filmen](#) från Rikslägret 2018

Lägeravgift: 2900kr för deltagare och 3000kr för ledare.

Anmälan via [Eventor](#) senast den 20 maj. Efteranmälningar debiteras med 250 kronor.

Frågor orientering: Johanna Wallinder, johanna.wallinder@orientering.se, 070-300 85 07

Frågor MTBO: Mia Eronn, mia.eronn@gmail.com, 070-286 44 86

Välkomna till Idre Fjäll och årets roligaste läger!

