

Inbjudan till VM-träningsdagar efter Jukola 16-22 juni

Välkomna till det första gemensamma träningslägret inför VM i Finland 2025. Vi åker direkt efter Jukola till Kuopio för att börja bygga erfarenhetsbanken inför nästa års VM:

Samling

Vi samlas på Jukola för gemensam bussresa till Kuopio söndagen den 16 juni.

Anmälan

Anmäl intresse via länken senast onsdagen den 30 maj.

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1914690>

Transporter

Du tar dig själv till Jukola. Därifrån åker vi gemensamt i bilar/minibussar. På vägen hem åker vi antingen flyg eller båt från Helsingfors.

Kommunikation

All information framåt och under lägret sker via Basecamp som är landslagets kommunikationsplattform. Uttagna löpare blir tillagda till projektet "VM-träningsdagar 2025". Hör av dig om det skulle vara några frågor rörande detta.

Informationsmöte

Vi startar aktiviteten med ett digitalt informationsmöte måndag den 10 juni kl. 20:30.

Boende och mat

Vi bor i enkla stugor där vi kommer laga maten i mindre grupper.

Kostnader

Detta är ett egenfinansierat läger. Uppskattad kostnad är 7000-10000:- som är beräknat på: flygresor 2000:-/båtresa 1000:-, boende 2500:-, mat 1500:-, transporter 2000:-, kartor 750:-

Utrustning

Meddela Erik Mattsson erik.mattsson@orientering.se **senast 5 juni** om du behöver komplettera din utrustning eller har frågor kring utrustning.

Frisk & hel

Till alla våra aktiviteter utgår vi från att du är hel och frisk så att du kan ta del av så mycket av lägret som möjligt utifrån var du står ju där och då. Om du tvekar det minsta på om du är hel & frisk så kontakta Annika eller Kalle.

Antidoping

Dopingkontroller kan förekomma. Se till att alla dispenser och vistelserapporter är under kontroll och finns med ut på träningarna. Meddela Erik snarast de eventuella mediciner du tar. Alla löpare på landslagsuppdrag ska genomföra RF:s antidopingutbildning "Ren Vinnare". Den består av sju avsnitt och tar en knapp halvtimme att genomföra. <http://www.renvinnare.se/>

Försäkringar

Du är olycksfall- och reseförsäkrad genom SOFTs försorg.

Ledare

Aktivitetsansvarig: Annika Billstam

Återbud

Lämnas till Kalle så snart som möjligt.

Frågor

Om du har frågor, saker att bolla, önskemål etc. tveka inte att höra av dig!

Annika Billstam, annika@billstam.se 070-2538228

Kalle Dalin, kalle.dalin@orientering.se 070-3050312

VARMT VÄLKOMNA ÖNSKAR LANDSLAGSLEDNINGEN