



# Inbjudan till Camp Ockelbo 2023



Ockelbo OK inbjuder för sjunde året i rad till Höstläger i samband med höstlovet vecka 44. Ungdomar i åldern 11-20 år är välkomna att delta. Vi kommer erbjuda träningar med svårighetsgrad från gul till svart. På kvällarna ordnas olika aktiviteter.

**När?** 28 - 31 oktober 2023 (lördag - tisdag)

**Var?** Boende i Åbyggeby Landsbygdscenter, 5 km nordväst om centrala Ockelbo. Där finns även storkök, gympasal och uthyrningsstugor. Ungdomarna bor i stora gympasalen. Långväga gäster är välkomna att övernatta kvällen innan lägret startar. Meddela då detta i anmälan.

**Anmälan:** Senast söndag 8 oktober via länk: <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/19083>  
Det går även att skicka e-post till [mattias eklund@ockelbook.se](mailto:mattias eklund@ockelbook.se). Efteranmälan kommer vara möjlig till en högre avgift.

Anmäl antal deltagare och ålder samt antal ledare och tillgång till platser i bil. Glöm inte att anmäla behov av specialkost, allergier eller andra särskilda behov.

**Kostnad:** 1290 kr för ungdom och för ledare utan bil. 990 kr för ledare med egen bil. För ledarnas stugboende debiteras utöver detta 700 kr per person.

Alla avgifter faktureras klubbarna i efterhand.

**Ledare:** Varje förening behöver ha minst en vuxen ledare med som övernattar.

**Att ta med:** Liggunderlag, sängkläder, kudde, ombyte, kompass, SI-pinne, definitionshållare, gps-klocka, pannlampa (frivilligt)

## Preliminärt program

### Lördag

09.00 Samling  
10.00 Träningspass  
12.00 Lunch  
14.00 Träningspass  
17.30 Middag  
19.00 Kvällsaktivitet LBC  
20.30 Kvällsfika!  
22.00 God natt!

### Söndag

08.00 Frukost  
10.00 Träningspass  
12.00 Lunch  
14.00 Träningspass  
17.30 Middag  
19.00 Natt-OL sprint  
20.30 Kvällsfika!  
22.00 God natt!

### Måndag

08.00 Frukost  
10.00 Träningspass  
12.00 Lunch  
14.00 Träningspass  
17.30 Middag  
19.00 Kvällsaktivitet LBC  
20.30 Kvällsfika!  
22.00 God natt!

### Tisdag

08.00 Frukost  
09.30 Lägerstafett  
12.00 Lunch  
13.00 Avslutning  
13.30 Hemfärd



Frågor besvaras av: Mattias Eklund,  
070-699 52 80,  
[mattias.eklund@ockelbook.se](mailto:mattias.eklund@ockelbook.se)

**Varmt välkomna!**  
**Ockelbo OK**