

Til orienteringsklubberne i det midt- og østjyske område m.fl.:

Horsens Orienteringsklub indbyder til **Børnekursus 2009** for 7-13 årige fra lørdag d. 10. januar kl. 11.00 til søndag d. 11. januar kl. 13.00 på Stjernevejskolen i Hedensted.

Emne:	At de yngste løbere mødes på tværs af klubskel for at være sammen, at få løbet orienteringsløb og at få lært lidt teori gennem leg, spil og småøvelser.	
Program:	Lørdag 11.00	Man mødes på Stjernevejskolen. Fælles instruktion og spisning af medbragte madpakker. Indlogering (vi finder vores sovepladser).
	Lørdag 12.30	Afgang til løb i Bygholm. Der vil være mulighed for at vælge mellem grøn, hvid eller gul bane. Mulighed for skygning ved Horsens OK's medlemmer. Bad og omklædning i Horsens OK's klubhus. Der afsluttes med boller og kakao i klubhuset.
	Lørdag 16.00	Transport tilbage til skolen. Vi får besøg af nogle af klubbens "gamle" ungdomsløbere, der leder os gennem eftermiddagen med leg, spil, småøvelser og lignende. Bl.a. kommenteres dagens o-løb, så du skal gemme dit kort fra om eftermiddagen
	Lørdag 18.00	Fælles aftensmad.
	Lørdag 19.30	Nat-o-løb på skoleorienteringskortet over Stjernevejskolen
	Lørdag 22.00	God nat
	Søndag 8.00	Morgenmad, smøre madpakke til frokost, pakning af sovegrej mm.
	Søndag 9.30	Afgang til dagens løb. Mulighed for skygning ved Horsens OK's medlemmer.
	Søndag 12.00	Bad og omklædning. Herefter frokost på skolen. Eftersnak om dagens løb.
	Søndag 13.00	Afrejse: Farvel og tak for denne gang.

**Bemærk at alle tider med undtagelse af ankomst og afrejse er ca.-tider**

Pris: Kurset koster 100.- kr pr person, børn som ledere/forældre. Prisen dækker overnatning, o-kort og maden. Kørsel dækkes ikke. Betaling sker på dagen.

**Bemærk: Der skal deltage mindst en voksen fra hver af de deltagende klubber.**

Medbring: Madpakke og drikke til frokost lørdag, saftdunk, regntøj, varmt overtrækstøj, strømper, varmt løbetøj, sovepose, liggeunderlag, strømper, rød kuglepen, toiletsager, kompas, håndklæde, sygesikringsbevis og din allerbedste bamse. Medbring også gerne egen eller fars/mors pandelampe til natløbet lørdag aften.

Tilmelding: **Senest tirsdag d. 6.1.2009** gennem din klubungsleder eller direkte til Henrik Dagsberg, Hørvangen 7, 7120 Vejle Ø, tlf. 2810 2848.  
- eller (helst) pr. mail: **dagsberg@gmail.com**  
Husk ved tilmeldingen at opgive, om du vil løbe grøn, hvid eller gul bane om lørdagen, så vi kan have kort klar til dig.  
Husk også at opgive antallet af voksne, der gerne vil ud at løbe, da der lørdag er baner til de voksne ved selvindprikning, pris 25 kr.

**Vel mødt – vi glæder os til at se dig!**