



Indbydelse til Øst-U2 Vinterkursus d. 20-22. Februar 2026

Hvem kan deltage	Orienteringsløbere fra Østkredsen, født i 2010-2012 (og evt. 2009)
Sted	Halmstad OK's klubhus. (https://maps.app.goo.gl/VmD3qkpJvAYuud7Q9)
Tidspunkt	Fredag d. 20. februar 2026 – Søndag d. 22. februar. Vi mødes ved Helsingør Færgeterminal fredag KL 16:00 og slutter samme sted ca. kl 15 søndag.
Forplejning	Medbring selv madpakke til fredag aften. Der vil være lidt snacks efter nat-træningen. Fra lørdag morgen hjælpes vi ad med madlavningen
Transport	Deltagerne skal selv sørge for transport til Helsingør Færgeterminal
Træninger	Fredag: Nat-Orientering Lørdag: 2 tekniske træninger Søndag: Teknisk træning med fællesstart 
Sjov og spas	Masser! Den traditionsrige Spas-Cup, en dyst hvor man får point i løbet af weekenden, i alt fra små konkurrencer til at være ekstra hjælpsom. Altid ekstra point for løbere, der medbringer kage
Medbring	• Liggeunderlag og sovepose/dyne/pude – vi overnatter på gulvet • Løbetøj til fire træninger, terrænsko, kompas, og Kage. • Pandelampe (spørg evt. din træner om du kan låne af klubben) • Varmt overtrækstøj, skiftetøj. Indendørssko/sutsko. Kage • Håndklæde og toiletsager. • Spil, hvor der kan deltage mange spillere (bold, kortspil, brætspil) • Godt humør og kage 😊
Særlige forhold	Giv besked hvis du er vegetar, mælke/glutenallergiker, specielt overfølsom overfor bid/stik, eller andet, som vi bør vide.

Pris	650 kr. Betaling over O-Service, klubberne faktureres klubvis.
Tilmelding	O-service. Første frist 9. Februar. Angiv ved tilmelding om du løber lette, mellem-svære eller svære baner.
Flere oplysninger	Via "Østkredsens U2-gruppe" på facebook eller via mail til jesper@tractrac.dk
Ledere	Julius Molsen, Ditte Damgaard, Hedda Kärner Grooss, Filip Nielsen, Hans Grønborg, Gustav Holmberg og Jesper Grooss
Vi ser meget frem til at se jer alle!	
På vegne af alle U2-lederne.	