



## Velkommen til mandagstrening i Lillehammer Orienteringsklubb, høsten 2020!

For barn og ungdom fra 7 til 16 år. Mandager fra kl. 18.00 til 19.15

Treningene vil inneholde lek både med og uten kart og kompass! I høst tar Andreas Svingheim Magerøy over som hovedtrener i klubben. Første trening vil gå uten Andreas, siden NTG-tilsatte for tiden er under karantene-begrensning. Det skal vi greie å løse og det vil uansett alltid være en eller flere andre voksne til stede.

Vi fortsetter som før sommeren, med tilpasset opplegg slik at vi overholder gjeldende regler for smittevern håndtering gitt av myndighetene og Norges Orienteringsforbund. Vi vil i stor grad kun bruke skjermer i skogen for å unngå smittefare med vanlig stemping. Bruk av Usynlig-o på mobil kan også bli aktuelt. Følg med på facebook-gruppa og hjemmeside for hva som er tenkt brukt på den neste treningen.

Barna vil deles inn i grupper à maksimalt 20 personer (dette er inklusive trenere, barn og deltagende foreldre). Det er ønskelig at foreldrene blir med de yngste barna. Det skal til enhver tid opprettholdes en innbyrdes avstand mellom personene i treningsgruppen på minst 1 meter. Vi ber dere følge godt med på all informasjon som gis. Det er viktig at den enkelte bidrar til å unngå smittespredning! Husk handvask og sprit før og etter trening.

Foreløpig plan for oppmøtested er satt opp under, men følg med på facebook-gruppa «Lillehammer Orienteringsklubb» og hjemmeside [www.lillehammerorienteringsklubb.no](http://www.lillehammerorienteringsklubb.no) i tilfelle vi blir nødt til å gjøre endringer.

17.aug	Søre Ål, utfartsparkeringen ved Skogen diskgolfbane
24.aug	Røyslimoen Skole
31.aug	Kanalen, utfartsparkering
7.sept	Nordsetervegen, parkeringsplassen ved Skurva
14.sept	Maihaugen, ved utescena
21.sept	Olympiastadion sør-øst, skileik-bakken
28.sept	Olympiastadion, gapahuken ved skiskytterarenaen

**Velkommen på trening!**