



## Indbydelse til Sydkredsens U1 Sommerlejr 2024

Så er det snart tid til et af årets højdepunkter. U1 sommerlejr!!

Vi skal i år til Næsgården, en spejderhytte i Rold Skov og vi skal løbe en masse o-løb. Der bliver også tid til rundbold, fodbold og helt sikkert en badetur. Kom og vær med til hygge og socialt samvær med de andre løbere fra Sydkredsens.

**Tid:** Lørdag den 29/6 kl. 10.00 **til** onsdag den 3/7 ca. kl. 15.00

**Sted:** Næsgården  
Madumsøvej 54, Hellum  
9520 Skørping

**Web** **Lejrskolen** - <https://naesgaarden.com/>  
**U1 Facebook** - <https://www.facebook.com/groups/sydu1/>

**Deltagere:** U1-Sommerlejren er for ungdomsløbere til og med det år man fylder 13 år. Du må meget gerne opfordre din mor og/eller far til at deltage – de deltager gratis, men skal huske at tilmelde sig. Som hjælper vil der være mulighed for at komme i skoven som "skygge" på en bane eller som postindsamler efterfølgende. Løbere under 10 år skal have en forælder med eller en voksen, de kender godt.

**Medbring:** På næste side finder du en afkrydsningsliste, så du nemt kan pakke tasken. Det anbefales, at du skriver navn på de ting, du medbringer.

**Pris:** 1000 kr., som dækker kost og logi samt udgifter til afvikling af aktiviteterne. *Din klub* skal indbetale kursusafgiften til Anne Mølgaard Nielsen på konto nr.: 9385 1110111769 (Spar Nord) og angive "vedr. DOF Syd U1-kursus".

**Tilmelding:** Via O-service senest lørdag d. 1. juni 2024.  
Er der specielle hensyn med sygdom, medicin eller andet **skal** vi vide det.

**Transport:** Din klub skal sørge for at arrangere transport. Der opfordres til samkørsel.

**Kontakt:** Anne Mølgaard Nielsen, Odense OK  
Mobil: 23931920. Mail: [annemn2903@gmail.com](mailto:annemn2903@gmail.com)



Medbring – U1 sommerlejr	Barn 1	Barn 2	Barn 3	Forælder	Forælder
<b>O-løbstøj og grej</b>					
3 sæt løbetøj					
Evt. skiundertrøje (tjek vejrudsigt)					
SI-brik (hvis man har, ellers kan man låne)					
Kompas (hvis man har, ellers kan man låne)					
Rød tusch					
O-løbstaske eller turtaske og campingstol/tæppe					
Evt. regnslag til turtaske					
Evt. løbeur + oplader					
<b>Skiftetøj til 5 dage - til eftermiddag/aften, dog strømper og underbukser totalt for hele lejren 😊</b>					
Strømper x 10 (især hvis regnvejr)					
Underbukser x 6-10					
Shorts x 2-3					
Bukser x 2-3					
T-shirts x 3-5					
Varme trøjer x 2-3					
<b>Toiletsager</b>					
Tandbørste					
Tandpasta					
Kam/hårbørste					
Shampoo/balsam					
Bodyshampoo					
Håndklæde (evt. x2 da der er badesø)					
Solcreme					
Evt. medicin					
Evt. hårelastikker					
Evt. hårtørrer					
Evt. andet (tandtråd, kontaktlinser, myggespray, kløestillende, plaster, pincet til flåter osv.)					
<b>Sko</b>					
O-løbssko					
Kondisko					
Sandaler/badesandaler					
Evt. gummistøvler – tjek vejrudsigt					
Evt. indesko/hjemmesko					
<b>Sovegrej</b>					
Sovepose eller dyne					
Hovedpude					
Lagen					
Nattøj					
Evt. vådliggerlagen / natble					
Evt. bog				Evt. bog til højtlesning	
Evt. bamse					
Evt. liggeunderlag*					

Diverse					
Badetøj					
Sygesikringskort					
Lommepege/pung (max 2 x 30 kr.), da vi nok kommer på et par slikture					
Stor madpakke til frokost lørdag					
Drikkedunk					
Pose til vasketøj (for at kunne adskille rent og beskidt i tasken)					
Evt. regntøj (jakke, buks) – tjek vejrudsigt					
Evt. krea (tegnepapir, penalhus), spil eller lignende					
Evt. mobiltelefon <sup>#</sup>					
Evt. mobiloplader					
Evt. telt/campingvogn*					

\*Behovet afhænger bl.a. af antal tilmeldte til sommerlejren. Koordinering finder sted efter tilmeldingsfristen.

<sup>#</sup>Mobiltelefoner er velkomne, men der henstilles til, at de primært bor i tasken.