



**NORSK  
ORIENTERING**



## INVITASJON 2NULL10

I sommer er det VM i orientering i Trondheim. I den anledning arrangerer Norsk Orientering en utviklingsleir for deg som er interessert i å utvikle deg som leder og trener. Leiren er et arrangement på tvers av de nordiske landene og det vil komme deltakere fra både Norge, Sverige, Finland og Danmark.

Målsetningen for leiren er: "Motivere, inspirere og skape kontakter mellom unge leder og trenere i de nordiske landene."

### Praktisk informasjon:

**Når:** 10. – 15. August 2010

**Hvor:** Stjørdal og Trondheim

**For hvem:** 8 personer mellom 18 og 25 år som har interesse av å utvikle seg.

**Pris:** Norsk Orientering vil dekke utgifter for Norske deltakere. Slik at de får en egenandel på maks kr 1000,- + reisekostnader til og fra Trondheim.

**Påmeldingsfrist:** **1. Juni** – med en kort søknad om hvorfor akkurat du skal få en av de Norske plassene på leiren til [agentruud@hotmail.com](mailto:agentruud@hotmail.com)

### **Foreløpig Timeplan**

	Dato	Formiddag 09.15-12.00	Ettermiddag 13.15-16.00	Kveld 18.30-20.30
<b>Tirsdag</b>	10. august	Ankomst	Miljø (bli kjent)	Miljø (lage miljøplakat)
<b>Onsdag</b>	11. august	Trenerrollen (observasjon HL sprint)	Foredrag – orientering + psykologi	Trening/aktivitet
<b>Torsdag</b>	12. august	Aktivitetsdag (ledet gruppe 2 + 2)	Kommunikasjon	Trening/aktivitet
<b>Fredag</b>	13. august	Observasjon (kretsstafett)	Refleksjon (Miljø)	Trening/aktivitet
<b>Lørdag</b>	14. august	VM mellom	WOC tour	Avslutning
<b>Søndag</b>	15. august	Avreise	VM Stafett	

inspirere motivere skape