

## Hei!

Dette er årets begivenhet for de yngre i tillegg til O-festivalen.

Vi tar felles avreise fra O-hytta søndag morgen klokka 09:00. Tenker at vi alle koser oss med pizza på hjemveien. For de som ikke er rutinerte O-foreldre så lønner det seg å ta med campingstol å sitte på, og eventuelt litt mat og drikke. Ellers så fås alt å få kjøpt på stedet, kaker inkludert.

Håper at så mange som mulig av barna fra trinn 1 og 2 har anledning. Trinn 1 barn må ha med en voksen til følge. For trinn 2 barna, snakk med meg om det kan bli vanskelig for en voksen å følge, så må vi vel klare å ordne med skyss og bakløper håper jeg.

Trener for trinn 2, Anne-Marte er bortreist denne dagen, så henvendelser blir til meg.

**PÅMELDING MEG.** Dersom noen melder seg på direkte via linken under, så gi beskjed til meg likevel.

Elin  
tlf 94379726  
[elin.slokvik@start.no](mailto:elin.slokvik@start.no)

## Rekruttene o-dag i Frognerparken 2009 arrangeres 13. september!



Det er i Frognerparken det skjer, datoen er søndag 13. september. Her blir det mer enn 700 barn og ungdom som møtes til fartsfylt orientering i morsomt parkterreng!

Denne dagen er de voksne bare tilskuere og støtteapparat, mens de unge står i fokus. I tillegg til selve konkurransen tilbyr vi spennende skattejakt, hyperrask supersprint med pokal til vinneren, belgisk-o med mulighet for mann-mot-mann-dueller og selvsagt stemplingsrunde.

Individuell start for løpere opp til 12 år, fellesstart med gafling og innlagt finale i Trimtex-cup for dem mellom 13 og 16! Ekstremt publikumsvennlig arrangement på en super arena med løyper som gjør at løperne er synlige for publikum underveis.

## Klasser og løyper:

Rekruttenes o-dag:					
Småtroll	1,5 km	Alle aldre	Uten tid, merket løype	Fri start	Premie til alle
Reveløypa	1,9 km	Alle aldre	Uten tid	Fri start	Premie til alle
Elgløypa	2,1 km	10 år	Med tid, uten rangering	Enkeltstart	Premie til alle
Gaupeløypa	2,5 km	11 år	Med tid	Enkeltstart	Premie til alle
Bjørneløypa	3,0 km	12 år	Med tid	Enkeltstart	Premie til alle
Monolitten Grand Prix (med innlagt Trimtex-cup):					
D13-14	4,0 km	13-14 år	Med tid, gaflet	Fellesstart	Premie til 1/3
H13-14	4,0 km	13-14 år	Med tid, gaflet	Fellesstart	Premie til 1/3
D15-16	5,0 km	15-16 år	Med tid, gaflet	Fellesstart	Premie til 1/3
H15-16	5,0 km	15-16 år	Med tid, gaflet	Fellesstart	Premie til 1/3

Løypelengder kan endres

### Start:

Start på arena fra klokken 12:00 for Rekruttenes orienteringsdag (opp til og med 12 år). Fellesstarter fra klokken 13:30 fra arena for Monolitten Grand Prix

### Påmelding:

[Påmelding via Palisoft, klikk her](#)

Påmelding senest mandag 7. september klokken 22:00, deretter elektronisk etteranmelding frem til fredag 18.8 kl. 18:00 eller på arena på løpsdagen.

Påmeldingsavgift 65 kroner opp til og med 12 år, 75 kroner for 13-16. Klubbvis fakturering.

### Arena:

Skøyen skole ved Monolitten, vest i Frognerparken. Parkering på Smestad skole. Merket fra Smestadkrysset på Ring3.

### Samlingsplassaktiviteter:

Skattejakt som utfordrer både kropp og hode – hvem finner skatten?

Belgisk-o som tester evnen til raske retningsskift, og som gir rom for fight mann mot mann.

Supersprint i skolegården der alle kan kjempe om pokalen – vinnertid under 3 minutter!

Sedvanlig stemplingsrunde der ekstrem-stemplerne får vist seg frem.

Morsom småtroll-løype som selv de minste kan finne frem i!

### Trimtex-cup:

Monolitten Grand Prix har innlagt finale i Oslo og Akershus' Trimtex cup. Gavekort til de fem beste i hver klasse sammenlagt!

**Løpsleder:** Finn Gjerull Rygh, [finn.rygh@finn.no](mailto:finn.rygh@finn.no), 928 28 616

**Startnummer til alle, fine premier, gode kiosk-tilbud, pent vær, topp arena og masse folk!**

**Vær med på moroa i Frognerparken! Vi sees 13. september.**

NB! Vi anbefaler joggesko og ikke o-sko på plenene i Frognerparken!

[📍 Se vårt flotte kart over Frognerparken her!](#)

Her kan du se [resultater](#) og [strekktider](#) fra Rekruttenes o-dag 2007.