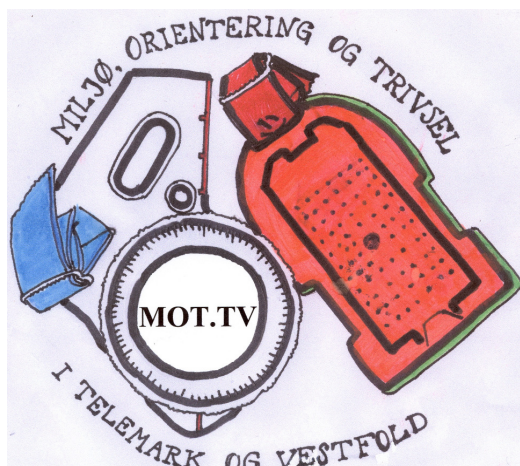


MOT.TV 2009

MOT.TV står for Miljø, Orientering og Trivsel i Telemark og Vestfold og er et fellestilbud til alle o-interesserte i de to fylkene i alderen 13 til 16 år (født 1993-1996). MOT.TV vil i sesongen 2009 gjennomføre flere helgesamlinger og to ganger organisere felles reise og/eller overnatting til store o-løp. På noen opplegg vil også juniorer delta. Til høsten blir den en egen MOT.TV ungdomscup med fem kule o-løp, ledertrøyer og sammenlagt pøngkonkurranse.



Treningssamling for Hovedløpet på Konnerud 5- 7 juni 2009

Årets Hovedløp i sprint og langdistanse samt O-landsleiren blir arrangert på Konnerud og i Drammen 7-12 august 2009. Det er derfor fornuftig å gjøre seg kjent med stedet og terrenget. Løpsterrenget er selvsagt stengt, men det finnes flotte områder for trening i området rundt Konnerud. Vi satser derfor på en samling med 5 økter trening med kart. Samlingen er selvsagt åpen for alle i MOT-TV alder og gir mange gode økter for alle o-løpere i alderen 13 til 16 år uansett nivå. Vi skal bo på Konnerud skole og de fleste øktene vil foregå i nærområdet. Klubbene må stille med leder/sjåfør som får oppgaver underveis.

Program:

Fredag

1800 Seneste ankomst til skolen(registerering)
1830 Økt 1 SIF-Hytta. Linjeorientering. Biltransport
2030 Pizza

Lørdag

0830 Frokost
0930 Økt 2 Dalen. Vanlig løype A og C nivå. Biltransport
1200 Lunsj
1430 Økt 3 Sprinttrening. Skistadion på Konnerud
1700 Middag
1830 Gjennomgang av gjennomførte økter med gode tips
1930 Sosiale aktiviteter

Søndag

0830 Frokost
0930 Økt 4 Haukås Vanlig løype/postplukk med A og C nivå
1200 Lunsj etterfulgt av rydding og pakking
1400 Økt 5. MIF-Hytta. Tomanns stafett. Biltransport
1530 Avslutning og hjemreise

Vi skal bo på en skole, derfor trenger dere underlag/madrass og sovepose. Ta med brikke, kompass, o-tøy (flere skift), varmt tøy, skiftetøy, håndkle og det dere ellers måtte trenge + godt humør.

Pris pr person blir 200 kr for overnatting, mat og treningene. Hovedleder er Jon Ulvensøen jon@polight.com (91391974). **Alle ungdommer/klubber må ha med voksen ansvarlig**, MOT.TV tur-reglene gjelder!

Påmelding til Britt Fossøy på mail: bfosso@frisurf.no eller sms: 99491047 innen søndag31 mai.