



Leimaus 2-5.6.2020, FSO Ungdomsgruppen

Leimaus-lägret är det finska Orienteringsförbundets grenspecifika lägerevenemang för 8-18-åriga orienterare. Lägret arrangeras vid Vuokatti idrottsinstitut. Lägret arrangeras av Vuokatti Sport och Sotkamon Jymy. FSO:s ungdomsgrupp deltar på lägret som en grupp. Lägret börjar på eftermiddagen tisdag 2.6 och avslutas med lägerstafett fre 5.6.

Lägerarrangören önskar få preliminära antal deltagare under januari månad för att reservera rätt antal inkvarteringsplatser och ordna beställningar på mat. **FSO samlar alltså under januari preliminär intresseanmälan från Ungdomsgruppens idrottare och eventuella andra intresserade juniorer från orienterande Svenskfinland. Vänligen fyll i [länkat anmälningsskema](#) senast tisdag 28.1 om du är intresserad att delta på Leimaus-lägret som en del av FSO-gruppen.** Orienterare från FSO medlemsförening får anmäla sitt intresse att delta, även om man inte sökt till FSO-Ungdomsgruppen inför 2020.

FSO ställer preliminärt upp på Leimaus 2020 med 3 ledare för FSO-gruppen - Grenchef Wilhelm Stenbacka samt Ungdomsgruppens ledare Jenny Ray och Christoffer Melin. Orienterarjuniorer från Svenskfinland kan alltså delta på Leimaus som en del av FSO-gruppen även om den egna föreningen inte ställer upp med ledare. Totalt ryms ca. 30 FSO-juniorer med på lägret, men växer intresset större går det att göra en större grupp, förutsatt att vi får fler ledare från föreningarna med på lägret.

FSO planerar att boka Leimaus-lägret med golvinkvartering för FSO-gruppen. Arrangörens deltagarpris med golvinkvartering är enligt följande:

Ledare: 155 € (ti-fre)

Lägerdeltagare: 180 € (ti-fre)

Priset innehåller måltider (fullpension), träningar, transporter mellan lägercentrum och träningar, övrigt program samt "lägerföremål".

FSO sköter om lägerbokningar och anmälningar till arrangören. FSO:s kansli fungerar som kontaktperson med lägerarrangören.

Den slutliga anmälningstiden till arrangören går ut 17.4.2020. Man kan alltså avboka sitt deltagande fram till detta. Om det finns utrymme i inkvarteringen, går det att anmäla sig ännu under vårvintern. FSO kommer att samla bindande anmälan av de deltagare som framfört preliminärt intresse under mars-april. **Den**





bindande anmälan samlas med ett annat formulär än denna preliminära anmälan i januari. FSO skickar ut ett nytt anmälningsformulär under vårvintern. Deadlinen för den bindande anmälan kommer att vara söndag 12.4 kl 23.59.

[Arrangörens finskspråkiga Leimaus-2020 hemsida.](#)



Sammanfattning av orienteringsträningarna under lägret

Lägerveckan börjar tis 2.6 med sprint och en samstartsträning på kvällen.

Under lägret har alla nivågrupper möjlighet att träna i de mångsidig terrängerna i Vuokatti/Sotkamo-regionen. Terrängerna bjuder på allt från öppna åsar till utmanande branter. Även VM-terrängerna från 2013 kommer att utnyttjas mångsidigt.

Nivågrupperna RR, TR och Nivå-1 tränar huvudsakligen i lättframkomlig moskogsterräng, men de kommer också att ha några träningar i kuperad terräng. För de yngsta orienterare ordnas flera "solfjäder"-träningar och rogaining-träningar. Nivå-2, Teho- och Pro-grupperna möter multitraining-träningar i olika terrängtyper samt utmanande orientering på höjderna kring Vuokatti.

Alla nivågrupperna kommer att ha en träning, under vilken man tar sig upp med stolhiss till toppen på Vuokatinvaara, och man orienterar sig ner längs med sluttningen. Denna träning utlovas vara minnesvärd. Lägerveckan avslutas med en 4-etapps lägerstafett fredag 5.6.





Sammanfattning av nivågrupperna

RR

- Åldersrekommendation 8-11 år
- Ruttbandsorientering, lätta orienteringsbanor
- Kontrollmellanrummen innehåller lätta, entydiga vägval

TR

- Åldersrekommendation 9-12 år
- Stödrutt, lätta orienteringsbanor.
- Entydiga vägval

Nivå 1

- Relativt lätta banor, åldersrekommendation 11-14 år.
- För orienterare som flyttat från RR- och TR-orientering till s.k. normal orientering
- Tydliga terrängpunkter, kontrollmellanrummen har olika vägvalsalternativ.

Nivå 2

- Åldersrekommendation 13-18 år, menat för dem som behärskar normal orientering. Riktat åt de kunnigaste i yngre delen av åldersintervallet samt 15-18 åringar som orienterat mindre.
- Kravnivån jämförbar med 13 – 14-åringars tävlingsbanor.

Teho

- 15 – 18-åringar
- Tekniskt och fysiskt krävande orientering, kravnivån jämförbar med 16-18 åringars tävlingsbanor.
- Banorna är möjliga att förkorta.

Wilhelm Stenbacka
Grenchef
Finlands Svenska Orienteringsförbund



Finlands Svenska Orienteringsförbund
Gjuterivägen 10
00380 Helsingfors

www.orientering.fi
#idrott.fi

0207309290 (växel)
fso@idrott.fi