PM StOF Sommarläger 1-2 Juni 2024

## Samling

Lillsveds folkhögskola, Lillsvedsvägen 100, 139 90 Värmdö. 59.4118428721216, 18.49431803507449

## Trafik

Det går att nå Lillsved med buss 437 från Slussen (avgår Slussen kl 09.10 och anländer Lillsved 10.02) eller med Waxholmsbåt från Strömkajen (avgår kl 8.30, passerar Vaxholm kl 9.30, och anländer Lillsved kl 10.10).

Lillsved ligger på norra Värmdölandet, så den som kommer med bil kan köra antingen via Gustavsberg eller via Vaxholm-Rindö.

Parkering får endast ske på anvisad plats. Kostnad för parkering ingår i lägeravgiften. Området bevakas vanligtvis av ett parkeringsbolag. De är informerade om att inte kontrollera Lillsveds parkeringar under helgen.

Observera att det inte går att parkera vid tältplatsen. En mycket smal väg går att använda för de klubbar som har tunga militärtält eller liknande. Det går inte att mötas på vägen. Trafikvakter dirigerar biltrafik. Vänligen blockera inte stora bilvägen ner till hamnen.

## Incheckning och Klubbkuvert

Klubbkuvert lämnas ut från kl 09.30 vid lägerexpeditionen som ligger vid ingången till campingområdet. I klubbkuvertet finns:

- Kartor till teknikträningen

- Matbiljetter till samtliga måltider

- Nummerlappar till Äventyrsstafetten

- Nummerlappar till Lägerstafetten

- Lagändringsblanketter till stafetterna

## Camping

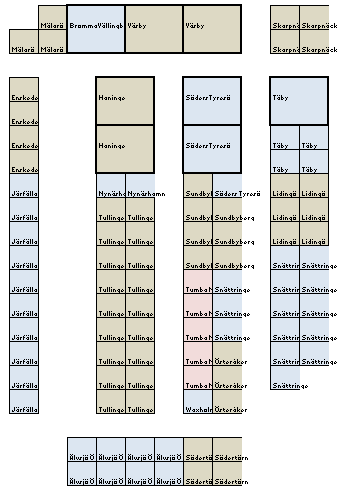
Tältplatsen är utmärkt på områdeskartan nedan. Det är ca 400 m att gå från parkeringen till huvudcampingen.

På tältplatsen finns toaletter och en tank med dricksvatten. En förteckning över klubbarnas tältplatser finns nedan.

All form av eldning är absolut förbjuden under hela lägret.

Vänligen respektera att det ska vara tyst på campingen från kl 22.00.

En reservcamping har skapats vid volleybollplanen för Järla Orientering, OK Ravinen och OK Skogsluffarna.



## Mat

Samtliga måltider serveras i matsalen som finns markerad på områdeskartan. Det finns plats för 150 personer i taget och varje klubb har tilldelats en specifik tid för varje måltid. Vänligen respektera tiderna och försök hjälpa till att vara så smidiga som möjligt för att undvika köer. Er tid står på matbiljetten samt i tabellen nedan.

Observera att man inte är välkommen i matsalen med orienteringsskor på fötterna eftersom det förstör golvet!

Specialanpassad kost kommer serveras vid första matstationen direkt till höger.

| **Lunch 11.30-12.00** | **Middag 17.30-18.00** | | **Frukost 07.00-07.30** | |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nynäshamns OK | Nynäshamns OK | | Nynäshamns OK | |
| Täby OK | Täby OK |  | Täby OK |  |
| Väsby OK | Väsby OK |  | Väsby OK |  |
| Tumba-Mälarhöjden | Tumba-Mälarhöjden | | Tumba-Mälarhöjden | |
| Järfälla OK | Järfälla OK | | Järfälla OK | |
| OK Österåker | OK Österåker | | OK Österåker | |
| IFK Lidingö SOK | IFK Lidingö SOK | | OK Älvsjö-Örby | |
|  |  |  |  |  |
| **Lunch 12.00-12.30** | **Middag 18.00-18.30** | | **Frukost 07.30-08.00** | |
| OK Södertörn | OK Södertörn | | IFK Lidingö SOK | |
| Tullinge SK | Tullinge SK | | OK Södertörn | |
| Sundbybergs IK | Sundbybergs IK | | Tullinge SK | |
| Mälarö SOK | Mälarö SOK | | Sundbybergs IK | |
| Söders-Tyresö | Söders-Tyresö | | Mälarö SOK | |
| Gustavsbergs OK | Waxholms OK | | Söders-Tyresö | |
| Waxholms OK |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Lunch 12.30-13.00** | **Middag 18.30-19.00** | | **Frukost 08.00-8.30** | |
| Haninge SOK | Haninge SOK | | Haninge SOK | |
| Bromma-Vällingby SOK | Bromma-Vällingby SOK | | Bromma-Vällingby SOK | |
| Skarpnäcks OL | Skarpnäcks OL | | Skarpnäcks OL | |
| IFK Enskede | IFK Enskede | | IFK Enskede | |
| Snättringe SK | Snättringe SK | | Snättringe SK | |
| OK Älvsjö-Örby | OK Älvsjö-Örby | | Waxholms OK | |
|  |  |  |  |  |
| **Lunch 13.00-13.30** | **Middag 19.00-19.30** | | **Frukost 08.30-09.00** | |
| OK Ravinen | OK Ravinen | | OK Ravinen | |
| Järla Orientering | Järla Orientering | | Järla Orientering | |
| Skogsluffarnas OK | Skogsluffarnas OK | | Skogsluffarnas OK | |

## Ledarmöte

Hålls i Sal Thoresson på bottenvåningen i Skolhuset kl 13.30. Här erbjuds tillfälle att sätta ihop mixade stafettlag.

## Marka

En marka med diverse godsaker och dricka finns uppställd vid matsalen. Betalning med Swish.

## Dusch och WC

Toaletter finns uppställda vid tältplatsen (5 st). Det finns även toaletter i Skolhuset (3 st), i Matsalen (3 st) och i Gymnastikhuset (6 st).

Omklädningsrum och duschar finns i Gymnastikhuset. Vi hänvisar herrar till omklädningsrummen på bottenvåningen och damer till rummen en trappa upp. Vänligen respektera att OL-skor inte är tillåtna inomhus!

## Bad

Det finns flera badplatser i närområdet, bland annat vid sjöcafét. Allt badande sker på egen risk.

## Sjukvård

I samband med orienteringsaktiviteterna har vi beredskap för omplåstring och enklare bedömningar. Sjukvårdsväska finns i markan nära matsalen. Kontakta vid behov Maria Sandström tel 070-932 37 22. I övrigt hänvisas till vanliga rutiner med 1177 eller 112.

## Schema

**Lördag 1 juni**

9.30 Klubbkuvert kan hämtas ut i lägerexpeditionen på campingen

10.00-13.00 OL-träning (se separat PM i Eventor)

11.30-13.30 Lunch (4 sittningar à 30 min)

13.30 Ledarmöte i Sal Thoresson på bottenvåningen i Skolhuset

15.00 Äventyrsstafett (se separat PM i Eventor)

17.30-19-30 Middag (4 sittningar á 30 min)

Från kl 20 Kvällskorv (Serveras på norra sidan av matsalen) och kvällshäng (vi rekommenderar lekar & spel på Lillsveds härliga öppna ytor!)

22.00 Tyst på campingen

**Söndag 2 juni**

07.00-09.00 Frukost (4 sittningar à 30 min)

10.00 Lägerstafett (se separat PM i Eventor)

Från 11.30 Hamburgare serveras.

## För frågor:

Torun Ekblad, OK Ravinen Frågor om camping, mat mm tel 070-4452403

Karl Lindqvist, OK Skogsluffarna Frågor om OL-träning och marka tel 070-3535417

Henrik Hagwall, Järla Orientering Frågor om stafetterna tel 070-7303450