



VTR-tur til SVÆRT terræn i Olofström 16.-18. juni 2023



NB: Tilmelding og betaling snarest til OK Sorø på dette link (der kan blive hurtigt udsolgt):

<https://3532.foreninglet.dk/memberportal/subscribe/index/109881>

VTR-tekniktur til Olofström i Blekinge er en lejlighed til at afprøve grænserne for, hvor svære baner du kan løbe, med brug af teknikkerne fra de tidligere VTR tekniklørdage.

OK Vilse i Olofström og har Blekinges lækreste orienteringsterræn, og tidligere O-ringen-banelægger Thomas Henmyr ruller igen i 2023 baner ud til os i lokale topterræner som fx [Boafall/Ljungryda](#), [Ryssberget/Rammsjön](#).



Konceptet for turen er:

- **Afgang fra Sjælland fredag eftermiddag eller lørdag morgen, hjemkomst søndag eftermiddag**
- **Træninger lørdag kl. 12 og søndag kl. 10 – og muligvis også fredag efter ankomst** (under afklaring)
- **Afprøv grænserne** for, hvor svære baner du kan løbe, med brug af teknikker fra tekniklørdagene
- **Vælg mellem 3 / 5 / 7 km SUPER SVÆRE/SORTE normale orienteringsbaner** (ikke teknikbaner)
- **Vi løber i smågrupper på 2-3 løbere - eller solo.** Grupperne er matchet hjemmefra.
- **Ingen tidtagning**, der er fokus på teknik - dog om muligt GPS-sporing til o-track eller lignende.
- **Fælles overnatning og mad**, som klubberne hjælpes ad med. Munter **GPS-visning** lørdag aften.

Igen i år her vi [Ødegården Boafall](#) med plads til overnatning til maksimalt 24 deltagere.



Udgift per deltager bliver **450 kr.** inkl fælles forplejning, overnatning, og træningerne. Hertil kommer kørsel ca.550km + bro, afregnes i bilerne, ca.375 kr.

På vegne af VTR teknikudvalget

😊 Morten Hass, OK Sorø

