

VABILO NA

TRENING KAMP (TK4 – Komenda)

petek, 27. – nedelja, 29. 3. 2015

Lokacija trening kampa: Komenda, OŠ Komenda Moste, Glavarjeva c. 37.

Namestitev: V učilnicah v šoli. Potrebujete ležalno podlogo in spalno vrečo. Za hrano bo poskrbljeno od večerje v petek do kosila v nedeljo, potrebujete pa svoj jedilni set (krožnik, pribor). S sabo imejte kakšne priboljške, plastenko za pijačo. Za gibanje v šoli so obvezni copati! Tuširanje bo možno v športni dvorani.

Prijave: do nedelje, 22.3. na:

(https://docs.google.com/forms/d/1GwanXbtWCef38DGdOhL2l345DK0e999-dgkj_HaNT0/viewform#start=invite)

Komu je namenjen kamp? Kamp je namenjen vsem mladincem od kategorij M/Ž14 do M/Ž20, ki želijo izpopolniti svoje znanje. Udeležba se toplo priporoča vsem članom WSCO ekip. Poudarek bo na osnovnih tehnikah orientacije.

Cena:

- 50 EUR za udeležence, 35 EUR za kader B, 20 EUR za kader A

Obvezna oprema:

- Dobra volja, motivacija, spočite noge
- Kompas, SI čip (in druga osnovna orientacijska ter športna oprema)
- Topla oblačila
- Zaželeno: GPS ura

Soorganizator TK4,
Nejc Zorman

PROGRAM

petek

- POP, ob 16:00: tehnični – middle (s sledenjem), Vodice.
- ZVE: analiza, labirint

sobota

- DOP: control picking, počasi in točno, Križ
- POP: napadne točke, načelo semaforja, Gora
- ZVE: analiza, druženje

nedelja

- DOP: napredni: relief, začetni sekanje ovinkov, Planinski dom
- POP: cik-cak štafete, na polno, Podboršt, Sl.

Program se lahko delno spremeni. Treningi so večinoma krajši, zagotovljena pa bo možnost za dobro ogrevanje in iztek.

