Instruktion til Pinsearrangement for kvinder

Arrangør fra Karup OK	Rikke Mccarron tlf. 61543195 Anni Sørensen tlf. 23254037 og Charlotte Olesen 60183100
Program	Lørdag d. 23. maj. • Kl. 10.00 Alhedeløb, afmærket rute. • Kl. 12.00 ca. Frokost i skoven, eller Karup OK klubhus hvis vejret er dårligt. Ulvedalsvej 46, Karup. • Kl. 15.00 O-løb i Sjørup plantage med mulighed for at hjælpe med postindsamling. • Fra kl. 17.00 indkvartering, spisning og socialt samvær i Svaneborglejren. Søndag d. 24. maj. • Kl. 8.00 Morgenmad • Kl. 10.00 By-sprint i Haderup på ældre kort og faste poster. • Kl. 12.00 ca. Frokost i brunkuls-pavillonen ved Sdr. Rensen naturpark. • Kl. 14.00 O-løb i Sdr. Resen naturpark med mulighed for at hjælpe med postindsamling. • Efter løbet
Startsteder	• Alhedeløbet – Stendalsvej 23, Karup • Sjørup plantage – Afmærkning i krydset Holstebrovej / nørrehedevej, kør mod syd af nørrehedevej ca. 1000 m. Følg afmærkningen til venstre ind i skoven. • Haderup skole – Parkering Nygade 24, Haderup eller i skolegården. • Sdr. Resen naturpark (brunkuls-pavillonen) – Overfor Bavnevej 36, Resen, 7470 Karup
Baner	Alhedeløbet afmærket rute på 5,25 km. Der kan løbes mellem 1-4 omgange. Der er 2 baner at vælge mellem til O-løbene. Ca. 3 og 5 km.
Kontrolsystem	Vi bruger Emit. Der er mulighed for at låne brik og kompas.
Start	Der er fri start, når det passer, dog senest 30 min efter planlagt tid.
Forplejning i skoven	Der er sandwich til dem der har bestilt. I skal selv sørge for drikkevarer.
Toilet og omklædning	Der er toilet og badefaciliteter i Svaneborglejren. Der er ikke toiletter i skovene.
Det praktiske i svaneborglejren	Der er spisning og socialt samvær i Svaneborglejren. Spisningen består af Aftensmad, dessert og snaks om aftenen. Der bliver kaffe og te. Overnatning i bedste spejdermaner i sovesale. Husk dyne, pude og linnede. Der er badefaciliteter – Husk håndklæder.
Alt det andet	Der vil være Vin til maden lørdag aften. Andre drikkevarer skal selv medbringes.