



## Unionsmatchen 2022 – Siste informasjon

### Ledere på turen

- Eskil Sande Gullord, Mjøs-o-koordinator, 480 74 229
- Torbjørn Kravdal, Gjø-Vard, 99634925
- Erlend Slokvik, Toten Troll
- Randi L Beitdokken, Lillehammer
- Lene Jordheim, Vallset/Stange

### Overnatting og mat

Overnatting og forpleining er på Vallhamraskolan. Ta med liggeunderlag/oppblåsbar madrass, sovepose og håndkle. Arrangørene står for all bespising, og alt av matallergier har blitt gitt beskjed om.

### Reise fredag 27.mai

Vi reiser med buss. Følgende stoppesteder er på bussen:

10:00 fra Mjøsbrua vest: (Ane, Odin, Selma, Marie, Tiril Haave, Lilja, Eline, Even, Mats, Maghild, Emil, Martine, Eiril, Karen, Ida, Margrethe, Randi Torbjørn og Erlend):

<https://goo.gl/maps/SCLYzP14FgHEXgYx9>

10.30 fra Vikingskipet: (Magnus, Ola, Aksel, Emil, Nora, Ulyana, Eivind, Dina, Kristian Sunniva, Odin, Lene): <https://goo.gl/maps/wW4WEcV6UEdRame36>

11:20 fra Mc Donalds Gardermoen (Nikolai og Tiril Skedsmo):

<https://goo.gl/maps/ucgJNwktUno76tB8A>

12:00 fra Skulleruddumpa (Eskil)

**Om noen drar fra andre steder enn de er satt opp her skal Eskil ha beskjed!**

### Viktige tidspunkt og info for fredag:

Trening klokka 16.30 (ha treningsklær enten på eller lett tilgjengelig!)

Middag klokka 20.00

Mjøs-O møte klokka 21.30

På rommet kl 22.00

Stille klokka 23.00

**Husk å ha med nok mat til en lang reisedag! Det er først middag kl 20.00. All mat før det må hver enkelt ordne.**



### Tidsplan lørdag 28.mai:

06.30-08.00: Frokost Vallhamraskolan

10.00: Første start på unionsmatchen. Lunsj serveres på arena. Også tilgang på dusj. Premieutdeling er klokka 13.30.

14.20-17.50 Se knockout sprinten i Borås, det blir action!

18.30 Middag

21.00 Mjøs-O møte

21.15 Kveldsmat

22.00 Alle inne på rommene

23.00 Stille

### Tidsplan, stafett og hjemreise søndag 29. mai

06.30-08.00: Frokost

Senest 08.30: Utsjekk skolen

10.00 start stafetten

13.00 Hjemreise.

Vi antar å være tilbake cirka 16.45 ved Gardermoen, 17.30 ved Vikingskipet og 18.00 ved Mjøsbrua.

Vi har meldt på seks Mjøs-o-lag. Stafettlagene søndag settes sammen med utgangspunkt i det individuelle løpet lørdag og skjønn. De to første lagene «toppes», mens de andre lagene vil bli satt opp så jevne som mulig. Det går aldri helt opp med stafettlag, så arrangøren organiserer mikslag i samarbeid med ledere fra de ulike kretsene/distriktene slik at alle som vil, får løpe.

### Løpstøy

Alle har med egen klubbdrakt som brukes under treninger. Under selve konkurransene vil alle få LÅNE en Mjøs-O drakt (har du fra før så ta med!). Denne skal benyttes under konkurransene.

### Ett lag

Vi opptrer som ett lag under hele Unionsmatchen og støtter opp om hverandre på arena og på overnattingsstedet slik at alle får en bra opplevelse. Dette er en sosial tur! **Løperne har ikke anledning til å forlate overnattingsstedet uten tillatelse og er pålagt å følge de retningslinjer som blir gitt av arrangøren og ledere fra Mjøs-o.**



Ved sykdom henstiller vi løperne som er syke til å bli hjemme. Forfall meldes umiddelbart til Eskil (480 74 229).

#### Pakkeliste:

O-sko, kompass, O-tøy, svensk brikke de som har meldt seg på med det (resten får låne), klær (til alt slags vær, vi skal være mye ute lørdag!), Håndkle, ID-kort eller pass, sovepose, liggeunderlag, litn sekk/bag til å ha med på løpene.

Lommepenger: Maks 300 svenske kroner.

**SPØRSMÅL? Ta kontakt og ring gjerne om det skulle være noe på forhånd eller i løpet av helgen!**

#### Nyttige linker:

Til arrangørens hjemmeside: <http://www.unionsmatchen.com/>

Til eventor-side: <https://eventor.orientering.se/Events/Show/40868>