

O-camp 2014



Vi Clas, William och August var på O-camp i Svenljunga. O-camp är ett träningsläger för orienterare mellan 13 och 18 år. I år var lägret i Svenljunga på naturbruksgymnasiet. Vi var ungefär 150 deltagare från Västra Götalands regionen.

Vi bodde i ett elevhem som hette Eken. Vårt rum var ganska trångt och ruffigt. Vi tyckte att det var som en gammaldags amerikanskt fängelsecell. Tre sängar i ett rum för två. I duschen var man tvungen att ha på vattenkranen i handfatet för att den skulle fungera.



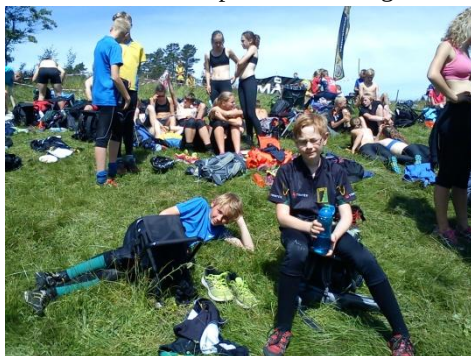
Maten var lika god varenda dag. Sista dagen fick vi efterrätt, pannacotta.

Vi började redan att träna på söndagen den 15:e juni med valfri extra träning som var intervaller. Senare på söndagen delades vi in i olika grupper för att lära känna varandra. Grupperna vi var i hette Öst, Väst och Sänkan.

På måndagen (16/6) åkte vi buss till Bäckahemmet som ligger utanför Tranemo. Där sprang vi vår första träning. Jag och William sprang orange kort och August sprang orange lång. Efterträningen åt vi lunch på platsen. Sedan hade vi lagkamp. Vi fick ett måttband (100 cm) som vi hade i laget. Vi skulle göra olika uppgifter. Om vi inte klarade dom så klipptes en bit bort (olika längd/poäng på olika stationer). I slutet på veckan räknades alla lagpoäng ihop och ett lag vann.

Tisdagen (17/6) började tidigt för August klockan 04.37!!! Han var med i en lek som hette Killer. Den går ut på att man får en lapp med ett namn på en person som man ska "döda". Vapnen var machete (sportidenbrickan), kokosnötter (rena strumpor!) och lasso (handduk).

På tisdagens träning åkte vi buss till Hestra. Här sprang vi två träningar, en vanlig och ett stress-ol. Stress-olet började med en masstart och sedan när man var ute på banan var lägerledarna där och stressade oss med tutor



och vattensprutor. Det var kul!

Senare på tisdagen närmare bestämt 22.45 var det spex, som ledarna höll i. Sedan var det en spökvandring som man gick tillsammans i sitt lag. Mitt lag var inte skrämde av ledarna som var utklädda. Det var jätte kul!!

På onsdagen (18/6) hade vi sovmorgon. Efter frukosten var det fria lekar typ brännboll och fotboll och avslappning för dom som ville. Efter lunchen åkte vi till Hagatorpet i Tranemo. Där sprang vi tips-ol. Därefter åkte vi hem och åt middag. Sedan var det vila eller fria lekar. Vid klockan 18 var det träningsföreläsning och fysträning med Harri Viinamäki. Han är idrottslärare och har tränat landslaget i orientering. Efter det här var det kvällsfika och efter det var det disc-o med "Hestra hous maffia". Det var jätte roligt men volymen kunde ha varit lägre. Discot slutade halv två på natten!!! Vi fick ingen sovmorgon!!!!

På torsdagen (19/6) var det utcheckning senast 13.15. Innan var det skattjakt och extra träning, men då hade vi städgympa. "Vi bränner inte pengar, vi äter dom" sa jag efter en lyckad skattjakt. Vid klockan 13.45 var det avslutning med prisutdelning av lagkampen och tipspromenaden som var på söndagen. Vi tittade på bilder från veckans aktiviteter och avslutade med att sjunga och dansa årets O-camplåt. Sedan åkte vi hem och väntar på o-ringen i Skåne.

Nästa år åker vi på O-camp...

O-camplåten.... <https://www.youtube.com/watch?v=gANYjReOqco>

Hälsningar era O-campare Clas, William och August.