



# Frölunda Orienteringslöpare Inbjuder till Nybörjarkurs i orientering

Tisdagen 5/4 drar vi igång årets nybörjarkurs i orientering.  
Vi kommer under våren ses på tisdagar kl. 18.00 vid vår klubbstuga vid Sisjön.

Vi kommer lära oss att förstå kartan och hur man använder kompassen under lekfulla former.  
Framförallt så kommer vi ha roligt ute i skogen, så se till att du har oömma kläder på dig.

För att vara med skall du vara minst 7 år. Om du är yngre måste förälder vara med. Som förälder är du naturligtvis alltid välkommen att vara med. Orientering är en sport som kan utövas i alla åldrar.

Om du redan har provat på orientering så har vi även svårare grupper. Det går bra att byta mellan grupperna om du känner att det är för svårt eller för lätt.

## Avgift

Avgiften för nybörjarkursen är 250:-. Då ingår ett års medlemskap i Frölunda OL och anmälningsavgift till 5 st. vårserie-tävlingar.

Efter träningarna är det alltid gemensam fika i klubbstugan. Gratis för barnen.

Avgiften kan betalas på Bankgiro 5851-0488 (märk Nybörjarkurs), eller tas med vid första tillfället.

## Anmälan

Anmälan görs till [nyborjare@frolundaol.se](mailto:nyborjare@frolundaol.se) senast 3 april.

## Frågor

Har du frågor eller funderingar går det bra att skicka ett mail till adressen ovan. Det går även bra att ringa till Fredrik (ledare) 0733-534303.

## Vårserien

Utöver träningarna på tisdagar kommer vi vara med på Vårserien. Vårserien är ungdomstävlingar som går i Göteborgs närområde där man får tillfälle att pröva på att tävla i orientering.

Första vårserien går 7/5. Mer info om detta senare.

## Övrigt

Gå gärna in på vår hemsida, [frolundaol.se](http://frolundaol.se). Där finns vägbeskrivning till klubbstugan och mycket annat.

Välkomna!