

Välkommen till nybörjarkurs i



ORIENTERING

Nu i vår har du möjlighet att lära dig orientera tillsammans med Frölunda OL. På tisdagkvällar med start 13 april kommer vi hålla en nybörjarkurs i orientering.

Vi kommer under lekfulla former lära oss hur man orienterar sig i skogen med hjälp av karta och kompass. För att kunna förstå en karta tror vi att man bör vara läskunning, dvs 7-8 år eller äldre. Vi kan också ge introduktion till vuxna nybörjare.

Vi räknar med att ha fem kurstillfällen och efter några gånger använder vi våra nya kunskaper på Vårserien, Göteborgsdistriktets ungdomsserie. Här kan ungdomar och även vuxna nybörjare välja banor av varierande svårighetsgrad, och man kan också springa tillsammans med någon kompis eller någon vuxen.

Dessa tävlingar går i olika delar av Göteborg den 8/5, 13/5, 22/5, 29/5 och 5/6.

Har du redan sprungit orientering tidigare är du välkommen att vara med i någon av våra befintliga träningsgrupper

Plats: Klubbstugan vid Sisjön, Sisjövägen 603.

Tid: Tisdagar kl. 18.00 med start 13 april

Kostnad: 250 kr inkluderande fem kurstillfällen och startavgifter till vårserien samt ett års medlemsavgift i Frölunda OL.

Anmälan: Thomas Borne 031-282817 (nybörjarkurs)

och Ulf Almehed 031-286341 (ungdomsträning)

frågor:

Det går också bra att anmäla sig till: nyborjarkurs@frolundaol.se