



- Vill du prova på en idrott som passar för alla?
- Är du tonåringen som vill testa orientering även utanför skolan?
- Är du motionären som har tröttnat på att springa längs markerade leder?
- Är du naturpassaren som vill våga ta lite kortare väg mellan kontrollerna?
- Söker du gemenskap och glädje i en förening?



Då är du välkommen till vår

ORIENTERINGSKURS

med start 27 mars 2024

För vem:

13-100 år, inga förkunskaper krävs!

Behöver du kunna springa för att vara med? Nej, det funkar bra att gå!

Krävs det bra lokalsinne? Nej, vi har ju kartan och kompassen till hjälp!

När:

Kursen består av fem onsdagsträffar (klockan 18-20): **27/3 - 3/4 - 10/4 - 17/4 - 24/4**

Var:

Träff 1-3 har vi i och runt vår klubblokal på Gunnebovägen 7 i Olofström. Träff 4 åker vi till klubbstugan i Vilshult och träff 5 blir vid Gränums Idrottsplats. Vi ordnar samåkning till träff 4-5!

Hur:

Under kursen går vi igenom grunderna i orientering, varvat med praktiska övningar. På sista träffen har du möjlighet att testa en orienteringsbana på vår Ungdomsserietävling, antingen själv eller tillsammans med en kompis/ledare. **OBS:** Tävlingsmomentet är underordnat och man kan gå/lunka eller springa i egen takt!

Utrustning:

Kläder efter väder, de praktiska övningarna sker utomhus.

Långbyxor och gypaskor behövs i skogen. Kompass får du låna!

Kostnad:

200 kr för dig som är 13-18 år, 250 kr för dig som är 19 år och äldre. I kostnaden ingår medlemsavgift och kursboken "Hitta rätt". För dig som redan är medlem i OK Vilse 87 är kursen gratis.

Anmälan:

Du anmäler dig senast **tisdagen den 12 mars** genom att skicka ett mejl med dina kontaktuppgifter till info@vilse87.se. Dit kan du även skicka eventuella frågor kring kursen.

