



Hitta rätt - vuxenkurs i orientering – våren 2020

Almby IK erbjuder under våren-20 introduktionskurs i orientering för vuxna. Vid tre tillfällen kommer vi gå igenom grunderna i orientering. Kursen tar emot max. 10 personer.

Kursen vänder sig till vuxna och ungdomar över 16 år som vill lära sig att orientera och kommer att ge dig som deltagare grundläggande kunskaper i att hantera karta/kompass och kunskaper om hur sporten orientering fungerar. Efter avslutad kurs erbjuds den som är intresserad att springa en motionsbana vid en riktig orienteringstävling med stöd av erfaren orienterare som medlöpare.

Kurstillfällen:

Torsdag 26 mars och **torsdag 2 april**

Samling: Almby IKs klubbstuga – Ljungstugan vid Markaskogen, Ljungvägen 16, Örebro.

Tid: 17:30 – ca 19:30

Torsdag 16 april

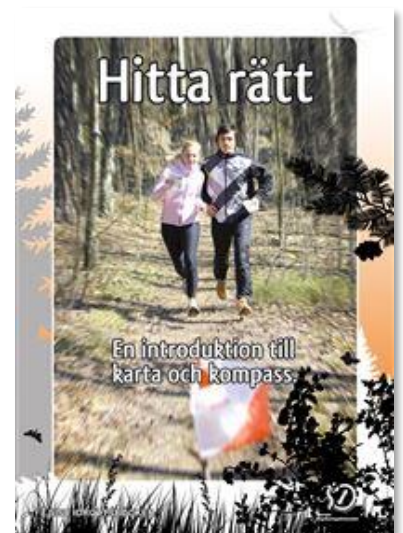
Samling: Sommarrovägen 30

Tid: 17:30 – ca 19:30

Kostnad: 100 kr för medlem i klubben. För icke medlem i Almby IK tillkommer medlemsavgift för 2020 på 300 kr (totalt 400kr). Kursavgiften inkluderar kursmaterial och betald tävlingsavgift för två tillfällen under gällande säsong.

Kursmaterial: "Hitta rätt – en introduktion till karta och kompass"

Klubben lånar ut kompass och Sportident-pinne (används för att registrera ditt besök vid kontrollerna) för de som inte har egna.



Anmälan: Senast måndag 23 mars

info@almbyik.se alternativt telefon 019-36 10 80.

Ange namn, ålder, telefonnummer och mejladress vid anmälan