

Basiskursus i orienteringsløb

For nye og nyere medlemmer i Horsens Orienteringsklub

Træningsudvalget inviterer til basiskursus i orienteringsløb

søndag 28. februar 2016 kl. 09.30-16.00

fra klubhuset i Åbjergskoven og i skoven omkring.

Vi vil veksle mellem teori og praktik.








Mødetid i klubhuset kl. 09.30 omklædt til løb.

Alle er velkomne fra 12-13 år og opefter.

Pris: Gratis.

Vi vil gennemgå og træne de grundlæggende teknikker, herunder

- Kortforståelse
- Vejvalg
- Postbeskrivelsessymboler
- Sikker posttagning
- Brug af kompas

1	31						
2	63						
3	57						

Vi vil komme ind på skygning af børn, brug af klubbens hjemmeside samt O-Service.

Medbring: 2 sæt løbetøj, skiftetøj, madpakke, evt. badegrej.

Tilmelding:

Snarest og senest tirsdag den 23. februar.

Til Træningsudvalget på liste i klubhuset eller til Britta Ank Pedersen på tlf. 23638225 eller mail: britta.ank.pedersen@gmail.com.

Vi glæder os til at se jer.

Venlig hilsen

Træningsudvalget

