



# Nybörjarkurs i orientering

( & fortsättningskurs )

## Hjobygdens OK inbjuder till nybörjarkurs i orientering

**Målgrupp:** Ungdomar (9 år och äldre) och vuxna.

**Tid:**

- Torsdagen den 15 april kl. 18.00 – 19.30
- Måndagen den 19 april kl. 18.00 – 19.30
- Torsdagen den 22 april kl. 18.00 – 19.30
- Måndagen den 26 april kl. 18.00 – 19.30
- Torsdagen den 29 april kl. 18.00 – 19.30
- Måndagen den 3 maj kl. 18.00 – 19.30

**Plats:** Högaliden

**Kostnad:** 250 kr för vuxen, 150 kr för ungdom < 16 år och 400 kr för familj (medlemsavgift)

**Vad kommer du lära dig?**

- Grunder i orientering för att kunna vistas i skog och mark
- Hur det går till att träna och tävla i orientering
- Klara av naturpasset som en motionsform i sommar

**Klädsel:** Större delen av kursen håller vi utomhus. Kläder efter väder!

**Anmälan:** Senast tisdagen den 14 april till Ann-Kristin Jansson på e-post [ann-kristin.jansson@telia.se](mailto:ann-kristin.jansson@telia.se) eller tel. 0503-31808. Ange namn, födelseår, adress, telefonnummer och din e-postadress.

**Välkommen till ett spännande äventyr med oss!**

