



Power Week Motion

Från noll koll till full koll på fem dagar

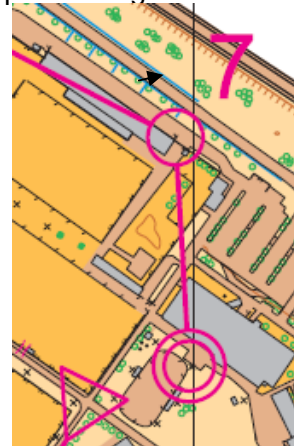
Lär dig den smarta och tuffa sporten orientering i vår! Perfekt som spännande motion! Passa på inför O-ringens – sommarens Event i Boden!

Under våren lär du dig grunderna i orientering samt deltar i en tävling. Orientering är sporten där du så snabbt som möjligt ska hitta ett antal kontroller ute i naturen. Till din hjälp har du karta och kompass. Orientering är tuff löpning och klurig problemlösning på en och samma gång men funkar också utmärkt som spännande promenad för dig som vill ta det lite lugnare. Power Week är för både nybörjare och dej som provat tidigare

Alla barn, ungdomar och vuxna är välkomna! Små barn måste ha med en förälder.

Programaktiviteter:

- | | |
|--------|---|
| 20 maj | Samling BAIK:s kansli kl 18.00-19.00. |
| 23 maj | ARCUS |
| 27 maj | Bestäms senare (närområdet) |
| 30 maj | Bestäms senare (närområdet) |
| 1 juni | Final/Avslutning vid BAIK:s vartävling F21. |



Det gör inget om du missar några träffar. Kläd dig för uteaktivitet gärna löparskor om vädret tillåter.

För mer info och anmälan kontakta Robert Svartholm, robertsvartholm@gmail.com, tel 070.6234509 eller Maria Svanberg 070.6802629

Anmäl dig gärna innan så vet vi hur många som kommer. Se också www.ol.ol.com
www.orientering.se/Borjaorientera/, www.baik.nu

VÄLKOMNA! Anmälningsavgift betalas på plats – 50 kr per familj.

