



Inbjudan



OL-Skola våren 2016

Nu fortsätter vi vår OL-Skola som startade förra året! Vill du lära dig mer om orientering, träna på att använda karta och kompass och springa i skog och natur så är detta för dig!

OL-Skolan riktar sig till barn/ungdomar/vuxna (från ca 7 år) som har lite kunskap om orientering sedan tidigare och vill lära sig mer. Om man är helt ny på sporten kan man också följa med om man vill, men räkna med att det kan bli lite svårt stundtals.

Vi kommer att träna följande dagar:

Ons 11/5 – Tobo IP (samling vid IP kl 18:00)

Tis 17/5 – Tierpsåsen (avresa från Tobo, gamla folketshus, kl 17:30)

Tis 24/5 – Vendelåsen (avresa från Örbyhusmacken kl 17:30)

Tis 31/5 – Vendelåsen (avresa från Örbyhusmacken kl 17:30)

Sön 5/6 – Tobo IP (samling vid IP kl 18:00)

Vad behövs?

Det enda du behöver är kläder och skor som fungerar bra att vara ute och springa i skogen med. Det är även bra att ta med en extra tröja/jacka att ha efteråt och även en vattenflaska för att fylla på med vätska efter träningen. Du behöver inte göra någon föranmälan utan kan komma direkt till träningen. OL-Skolan är kostnadsfri för alla våra medlemmar.

Frågor

Har du frågor eller funderingar så kontakta någon av tränarna:

Björn: 0295-340 68 eller bjjohansson@tele2.se

Carina: 0295-344 95 eller tobocarina@spray.se



Välkomna!