



# Orienteringsträning för ungdom våren 2018

## För dig...

som vill lära dig förstå och använda orienteringskartan, lära dig orientera på rätt sätt och springa orientering i skogen. Vi inbjuder både dig som varit med ett tag och är rätt duktig på orientering och dig som är nybörjare och vill lära dig att orientera.

Alla åldrar är välkomna men det är en fördel om du är minst 8 år gammal.



## Anmälan

Har du inte varit med förut så anmäler du dig till 0737-26 60 30 eller [orientering@solnaok.se](mailto:orientering@solnaok.se) och ange namn, adress, telefonnummer, födelsedatum samt mailadress! Gärna även hur mycket du kan om orientering.

Är du medlem i klubben så kostar det ingenting. Är du inte medlem så är kostnaden 250 kronor som betalas första gången du kommer och tränar.

## Program

Vi tränar följande torsdagar under våren:

- 15 mars – Råstapark
- 22 mars - Råstapark
- 12 april – S Äppelparken, Frösunda
- 19 april – Enebybergs IP
- 26 april – Skytteholmsparken
- 3 maj – Någonstans nära Sundbyberg
- 17 maj – Ursvik
- 24 maj – Ursvik
- 31 maj – Ursvik
- 7 juni – Avslutning vid Rösjöbadet

## Samling klockan 18:00 vid alla träningstillfällen.

Detaljerad information om varje träning publiceras på klubbens hemsida [www.solnaok.se](http://www.solnaok.se) några dagar innan träningen och mailas också till alla anmälda.

Förutom dessa träningar så kommer vi att vara med på diverse tävlingar och arrangemang under våren. Bland annat ett ungdomsläger 26-27 maj.

Välkommen önskar Solna orienteringsklubb!