

## Vill du lära dig orientera?



För dig som vill ta det ultimata steget utanför din vanliga löprunda och gärna får lite lera under skorna!

### För vem?

Från 17 år, inga förkunskaper krävs. Teori varvat med praktiska övningar där erfarna orienterare coachar i mindre grupper. Kursen avslutas med tävlingslik träning inklusive elektronisk tidtagning och GPS-tracking.

### När?

10 till 12 augusti.

Fredag: 17.30-20.00

Lördag: 9.00-16.00

Söndag: 9.00-15.00.

### Var?

OK Linnés klubbstuga,  
Tallbacksvägen 68,  
Uppsala.

### Vad kostar det?

1200 kr (800 för medlemmar). Inkluderar kursmateriel, lån av utrustning, fika och luncher. Dessutom ingår medlemskap i OK Linné under ett år.

### Anmälan

Max 25 personer. Anmälan hittar du på [www.oklinne.nu](http://www.oklinne.nu) och klicka dig vidare till "Anmälan".

### Kontakt

[johanna.ragvald@gmail.com](mailto:johanna.ragvald@gmail.com) tveka inte att höra av dig om du har några frågor!

# Intensivkurs i orientering

