



Inbjudan till OK Tyrs orienteringskurs för vuxna 2023

Vi vänder oss till er som vill lära sig mer och fördjupa era färdigheter när det gäller att tolka och förstå en orienteringskarta och att kunna använda kompassen som hjälpmedel. Vi vill hjälpa dig att kunna göra bra vägval och att du ska känna dig säkrare med karta och kompass i naturen. Du ska få kännedom om hur ett orienteringsarrangemang/tävling fungerar.

Vi organiserar övningar utefter era förkunskaper.

NÄR: Kursen hålls från **fredag kväll 28/4– sönd em 30/4**.

VAR: Tyrstugan (Tyrstugevägen) bakom Färjestads travbana.

HUR: vi startar upp på fredag kväll 17.30 med Teori (kartkunskap, kompass, passa kartan m.m.) och en kartpromenad i Tyrterrängen i smågrupper med ledare. Kvällsfika ingår.

Lördag 9.00-15.30 varvar vi teoretiska genomgångar med två olika utepass där vi övar på orienteringstekniken. Smågrupper med var sin ledare. Lunch och fika ingår.

Söndag 9.00-14.30 startar med reflektion över lördagens övningar. Alla deltagare får efter ett nytt teoripass möjlighet att pröva på en riktig orienteringsbana (3 olika svårighetsgrader) med Sport Identstämpling. Instruktorer finns till hjälp. Vi lär oss samtidigt hur det fungerar på ett orienteringsarrangemang. Gemensamma genomgångar och reflektioner över utepasset. Vi ger Klubb och annan tävlingsinformation för att kunna gå vidare framöver. Kursutvärdering. Lunch och fika ingår.

I kursavgiften ingår även ett studiematerial och utlåning av kompasser, lunch och annan förtäring samt ett medlemskap i OK Tyr.

Kostnad: 1.000 kr, 700kr för medlemmar i OK Tyr.

Anmälan: sker via mail till motion.orientering@oktyr.se Ange namn, adress, personnummer, mailadress och mobilnummer. Uppgifterna behövs för att registrera medlemskap och för övrig kursinformation. Beskriv även dina förkunskaper.

Anmälan ska vara inlämnad senast Måndag 17/4 !



Välkomna hälsar OK TYR