

# Intensivkurs i Orientering

5, 8, 11, 15 maj  
2021  
anmälan senast  
30 april

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 möjlighet att deltagande på OK Renens tävling (15/5) där vi springer en öppen bana med lämplig svårighetsnivå (inklusive elektronisk tidtagning och GPS-tracking).

## När:

onsdag 5/5 17.30-20.00\*

lördag 8/5 10.00-13.00\*

tisdag 11/5 17.30-20.00\*

lördag 16/5 10.00-13.00 (tävling)

\*På grund av covid kan teori passen på 45min bli webbaserade kvällen innan praktiska passet. Preliminärt 20:30

**Var:** Bergnäsets AIK Klubbstuga (Blockvägen 7)

**Kursavg:** 600kr + medlemsavgift i BAIK och då ingår aktivitetsavgift (träningar och anmälningsavgift till lokala tävlingar för första året). Inkluderar kursmaterial, lån av utrustning, instruktör, fika. Om du redan är medlem i annan orienteringsförening behöver du inte lösa medlemsavgift för BAIK.

**LÄNK TILL ANMÄLAN** senast 30 april

OBS, begränsat antal deltagare!

**Mer info:** <https://www.laget.se/BergnasetAIK-Orientering>

**Kontaktperson:** Per Ögren



LEMI