

# PRØV ORIENTERINGSLØB

## SÆSONSTART

**TIRSDAG DEN 19. AUGUST KL 18.00**

**KLUBHUSET VED BYGHOLM SØ, ÅBJERGSKOVVEJ 6**

- \* **SKOV-TROLDE** ca. 3-6 år kom og leg i skoven. Frisk luft, øget motorik, sjov og leg. Incl. forældre.
- \* **SKOV-FRÆSERE** ca. 7-9 år. Vi lærer orienteringsløb gennem leg. Ny bane hver gang. Incl. forældre.
- \* **O-LØBERE** ca. 10-12 år. Vi lærer orienterings elementer gennem små-øvelser. Du kommer hurtigt til selv at løbe en orienteringsbane.
- \* **KONKURRENCELØBERE** ca. 11-14 år. Vi udbygger din erfaring og du løber sværere baner
- \* **VOKSEN** ca. 13-90 år. Introduktion til o-løb samt fif til forbedring af orienterings- og løbsteknik.

**Velkommen i Horsens Orienteringsklub**

[www.horsensok.dk](http://www.horsensok.dk)

For yderligere info: Irene Mikkelsen: [irene@cfin.dk](mailto:irene@cfin.dk) / 60744944