

HAR DU LYST TIL AT BLIVE BEDRE TIL
ORIENTERINGSLØB?

- NYT HOLD FOR VOKSNE!

*Vi arrangerer orienteringstræning hver tirsdag
- første gang den 14. marts kl. 17.30 – 19.00.*

Holdet er både for dig, der er ny i orienteringssporten og dig med erfaring.

Vi har samlet et hold på 5 trænere, alle er erfarne orienteringsløbere. De står klar til at tage i mod dig og introducere dig til orienteringsløb. Vi tager udgangspunkt i dit niveau, gennemgår grundfærdighederne og fokuserer hver tirsdag på et orienteringselement, sådan at du i løbet af sæsonen bliver bedre til orienteringsløb. Vi starter hver tirsdag med en grundig instruktion, derefter kommer du ud at løbe en bane tilpasset dit niveau. Efter løbet evaluerer du med træneren og dine nye klubkammerater.

Vi har lagt et program, hvor vi løber i forskellige skove hver tirsdag, for hele tiden at få nye udfordringer.

I løbet af forårssæsonen vil der være mulighed for at afprøve det du har lært til orienteringsløb i weekenden.

Der er baner for både børn og voksne til løbene.

Få information om ugens mødested og øvrige løbstilbud direkte i din indbakke ved at melde dig til ugemailen. Spørg gerne Tommy@jakobsen.be



Tirsdag den 14. marts løber vi fra vores klubhus i
Åbjergskoven. Åbjergskovvej 6, Horsens.

Giv ikke op hvis du har misset nogle gange, det er
altid bedre at komme til træning end at
blive hjemme.

 Horsens
Orienteringsklub

-Vi glæder os altid til at se dig!

