

PM Kretsträning Tibro OK

20160419

Björn Mårtensson
OK Skogsstjärnan
0707227193
bm@mail.se

Tänk dig rätt!!

För vem	Denna kretsträning är öppen för alla som törs springa minst orange svårighetsgrad
Samling	Vikaskogen. Vägvisning med skärmar från vägen mellan Mölltorp och Forsvik, ganska precis halvvägs mellan orterna. http://eventor.orientering.se/Events/Show/15691
Anmälan	Anmälan via Eventor senast måndag 18/4 kl 21.00
Träningens syfte och genomförande	Vi utnyttjar de fasta kontroller som finns utsatta (rödsvita snitslar) + en del omarkerade punkter (blå kontrollring). Banorna är en blandning av korta och långa sträckor. Syftet med träningen är att träna sig på att använda olika strategier och använda "rätt" tankar och taktik vid rätt tillfälle (Se tips och tankar som publiceras senare). Terrängen är väldigt detaljerad, men orienteringen behöver inte alltid vara det. Träningen är individuell. Vi försöker ha viss marginal mellan de startande för att man ska få tänka själv så mycket som möjligt och träna på att hålla egen koncentration under lång tid.
Karta	Vikaskogen Skala 1:10000 Ekv 2,5 m Se kartklipp på tävlingsinformationen.
Kostnad	Gratis för alla i Norra-Östra. 40 kr kontant för övriga.

Välkommen på en skoj träning!!

TIBRO OK

