

# 2017 VT

# natur passet motionsorientering

## Mer än bara löpning!

Här finns en utmanande bana för alla oavsett orienteringskunskap

### Vad?


Våren är tillbaka, och då vankas givetvis orientering! Motionsorientering vänder sig främst till dig som har lite eller ingen orienteringsvana och vill prova på. Tycker du om att vistas i skog och mark och vill ta äventyrliga steg ihop med träning och karta? - Då är detta den självklara starten! Alla kan delta - ta med din partner eller hela familjen på ett spännande onsdagsäventyr.

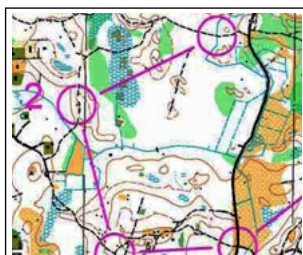
På plats väljer du en bana som passar dig och får en personlig tränare som kan besvara frågor. I mån av deltagarantal följer tränaren även med ut i skogen på banan och lär ut om du vill.

Anmälan sker direkt på plats, det är bara att dyka upp mellan 17.30 och 18.30. Alla 5 tillfällen hålls denna vår i Ymerskogen (obs, ny plats!). Samling utanför Ymergården ([tinyurl.com/kartaymer](http://tinyurl.com/kartaymer)).

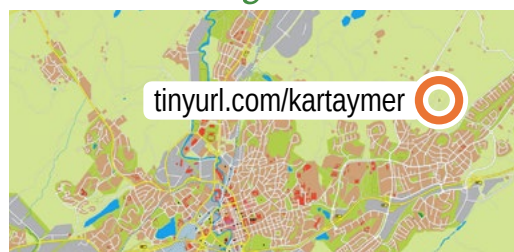
 \* =  (World Orienteering Day)

## När? - 5st onsdagar i maj / juni 2017

Vecka	Datum	Fri starttid
19	ONS 10 maj	kl 1730-1830
20	ONS 17 maj	kl 1730-1830
21	 ONS 24 maj	kl 1730-1830
22	ONS 31 maj	kl 1730-1830
23	ONS 7 juni	kl 1730-1830

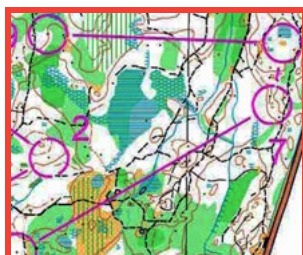


## Var? - Ymergården



## Kostnad

Vuxna, född 2000 och tidigare, alla banor: 50:-  
Född 2001 och senare, bana 1: 10:-  
Född 2001 och senare, övriga banor: 30:-

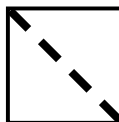


Arrangörerna

[tinyurl.com/kartaforeningar](http://tinyurl.com/kartaforeningar)

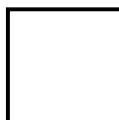


## Banorna



### Öppen Trail

Lång och lätt, ca 5km



### Öppen Motion 1

Kort och lätt, ca 2.5km



### Öppen Motion 3

Kort och medelsvår, ca 3km



### Öppen Motion 5

Kort och svår, ca 3.5km



### Öppen Motion 6

Lång och svår, ca 6km

Läs mer på [motionsorientering.se/boras](http://motionsorientering.se/boras) & [orienteringboras.se](http://orienteringboras.se)