

Skatås motionscentrum

Utmana dig själv, lämna dina invanda löparrundor!
Instruktörer finns för att hjälpa dig komma igång

- **När - onsdagar mellan kl 17 och 19**

- 2 maj, 9 maj, 16 maj, 23 maj, 30 maj
- 13 juni
- 8 aug, 15 aug, 22 aug, 29 aug
- 5 sep

- **Banor och svårighetsgrad**

- | | | |
|-------|------------|-----------|
| ○ ÖM3 | 2,0-3,0 km | Lätt |
| ○ ÖM5 | 3,5-4,0 km | Medelsvår |
| ○ ÖM6 | 5,0-6,0 km | Medelsvår |
| ○ ÖM7 | 3,0-3,5 km | Svår |

- **Kostar (betala gärna med Swish)**

- 40 SEK för ungdomar upp till 16 år och studenter
- 60 SEK för vuxna (per person och bana)

- **Mer information**

- Facebook – Motionsorientering Göteborg
- Hemsida – www.motionsorientering.se

Vi arrangerar motionsorientering 2018

