

TORSDAG 23 MAJ 2019

Välkommen på Motionsorientering i Alunda



- För vem?:** ALLA som är nyfikna och vill prova på orientering.
Instruktörer finns på plats för att hjälpa dig.
- Var:** följ orienteringsskärmar från väg 288 vid rondell, Alunda centrum. Parkering i anslutning till arenan
- När:** start mellan kl 18.00-19.00, maxtid 1,5 h
- Banor:** ÖM1, Vit, Mycket lätt 2 km
ÖM3, Gul, lätt 3 km
ÖM4, Gul, lätt 5 km
ÖM5, orange, medel 3,5 km
ÖM7, violett, svår 3 km
ÖM8, violett, svår 5 km
- Anmälan:** på plats eller via Eventor
- Karta:** får du av arrangören till en kostnad av 50 kr från 17 år.
Ingen avgift för ungdomar upp till 16 år.
Betaling via swish 1232980514 OK Rodhen (eller kontant)
- Kontroller:** består av hängande orienteringsskärm och stämpningsenhet för registrering.
- Terräng:** skog
- Klädsel:** långbyxor och sköna skor som du inte är rädd att smutsa ner.

För mer information om aktiviteten kontakta OK Rodhen
Jessica Söllvander 072-58 44 818 eller
okrodhenbreddomotion@gmail.com