

# 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 1,8 km  
ÖM3, Gul, lätt 2,4 km  
ÖM4, Gul, lätt 3 km  
ÖM5, orange, medel 3,3 km  
ÖM7, violett, svår 3,5 km  
ÖM8, violett, svår 4,2 km
- Anmälan:** på plats eller via Eventor
- Karta:** 1:7500, Kontrolldefinition finns tryckt på karta och lösa.  
Kartan 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