

# MOTIONSORIENTERING

## URSVIK 2021

Motionsorientering vänder sig till vem som helst som vill ut i naturen och utmana sig själv på mer än bara löpning. Det finns banor för dig som vill prova på och för dig som är mer van vid orientering. Ta på oömma kläder och var med!

**Start och målplats:** Ursviks IP i Sundbyberg

### Program 2021

Torsdag 29 april

Torsdag 6 maj

Torsdag 20 maj

Torsdag 27 maj

Torsdag 3 juni

Torsdag 10 juni

Torsdag 17 juni

Torsdag 1 juli

Torsdag 12 augusti

Torsdag 19 augusti

Torsdag 26 augusti

Torsdag 2 September

**Start** mellan kl. 17.00 och 19.00. Den 26 aug och 2 sep mellan kl 16.30 och 18.30

**Målet stänger** kl. 20.00. Den 26 aug och 2 sep kl. 19.30.

### Banor och svårighetsgrad

Mycket lätt 2 km

Lätt 2,5 km

Lätt 5 km

Medelsvår 3 km

Medelsvår 5 km

Instruktörer finns på plats som hjälper dig att komma igång.

**Startavgift:** 60 SEK för ungdomar upp t.o.m. 16 år, 80 SEK för vuxna (per person och bana).

**Betalning:** Swish. Alternativt kontant, helst med jämna pengar. Ingen föranmälan, anmälan gör på plats.

**Resultat:** Tider och resultat kommer läggas upp på Eventor, <https://eventor.orientering.se/Events>.

Banorna läggs även upp på Livelox, <https://www.livelox.com>, för den som vill ladda upp sitt spår från GPS-enhet.

**Upplysningar:** Sundbybergs IK: [lennart.swahn@me.com](mailto:lennart.swahn@me.com). Solna OK: [jan.bojling@telia.com](mailto:jan.bojling@telia.com).



Sundbybergs Idrottsklubb



Solna Orienteringsklubb

**motionera - orientera - integrera**