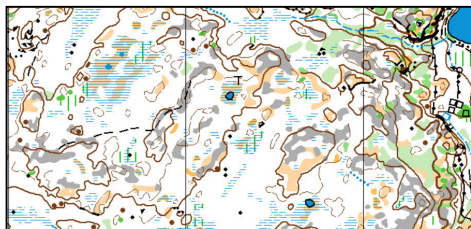
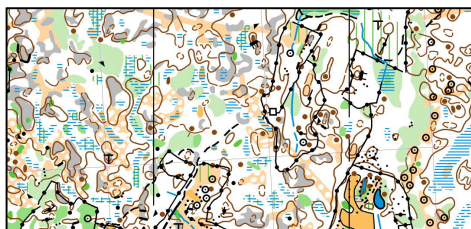


Under sommaren har vi nöjet att kunna erbjuda er många högklassiga träningsmöjligheter. Teknisk terräng, erfarna banläggare och vackra skärgårdsmiljöer gör Karlskrona till en populär destination för klubbar och enskilda löpare som träna ol-teknik under sommaren.



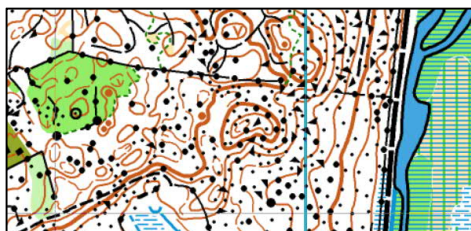
Färskesjön

Färskesjöområdet bjuder på fantastisk orienteringsterräng med ett mycket högt orienteringstekniskt värde. Här får ni chansen att springa på otaliga hållar på er framfart mot kontrollerna. Området användes bland annat vid Swedish League 2017.



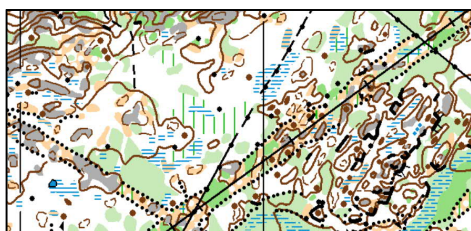
Vassaslätt

Likt Färskesjöområdet bjuder Vassaslätt på ett mycket högt orienteringstekniskt. Här är terrängen dock mer småskuren och hållarna inte riktigt lika storslagna. Området användes bland annat vid Swedish League 2017.



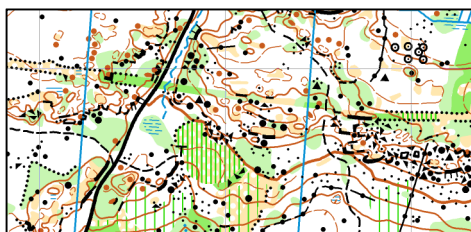
Gnetteryd

Området gränsar till området för JVM-testet i långdistans. Träningen går huvudsakligen på en brant och bitvis mycket stenig slutning, som ställer höga krav på såväl den tekniska som fysiska förmågan. Området användes bland annat vid Elitserien 2001.



Åby

Åby är nog på många sätt Orions mest tekniskt krävande område. 2007 fick Sveriges bästa juniorer känna på terrängen på en utmanande medeldistans som fåtal löpare bemästrade.



Augerum

Augerum är ett tekniskt område som ligger strax norr om Lyckeby. Till skillnad från övriga träningsområden är terrängen mer växlande och har färre inslag av kustterräng. Terrängen varierar mellan riktigt tekniska steniga områden och storskogsområden.

Information & Bokning

Beställning av träningspaket sker via Måns Sandgren - manssandgren@gmail.com

För mer information om vilka övningar som erbjuds på respektive område samt lämpliga boenden i området se <https://idrottonline.se/OKOrion/traningspaket>

Samtliga övningar med undantag för Gnetteryd har reflexer och är lämpliga för nattorientering. Speciallösningar möjligt efter förfrågan. Pris/övning 60 kr.