



Motionsorientering

Tisdag 4 september 2012

kl. 17.00-19.00

Brantbrinks IP, Tullinge

Orientering är en fantastisk motionsform för både "knopp och kropp", med en härlig naturupplevelse på köpet. Det kan vara ett sätt att variera sin löpträning. Det finns banor för både nybörjare och de med vissa orienteringskunskaper. Vi hjälper till med grundläggande kunskaper på plats.

Ingen föranmälan!

Kom som du är – ta gärna med dig kompass om du har!

Det finns flera olika banor att välja mellan, i olika svårighetsgrader (det finns även för nybörjare) och olika längder.

Plats: Tullinge SK:s nya klubbstuga vid Brantbrinks idrottsplats, Tullinge.

Kostnad:	Ungdom t.o.m. 16 år	40 kr
	Vuxna	60 kr

Passa på att titta in i vår nya klubbstuga, där du kan duscha efteråt och äta soppa med mackor eller fika till ringa kostnad.

Hjärtligt välkommen!

Tullinge SK
(www.tullingesk.se)