



HJÄRNARPS
Orienterarna



Inbjudan till

Vuxenutbildning i orientering

Söndag 6:e april & Lördag 12:e april 2025

Hur lär man sig att orientera? Hur blir man en bättre orienterare? Vad behöver man veta om orientering? Det och mycket mer kommer lära dig på vår vuxenutbildning under 2 dagar i april.

I denna tvådagarskurs kommer vi att gå igenom de fem grundmomenten i orientering:

- * Förstå var på kartan du är och vart du ska
- * Passa kartan
- * Välj och planera din väg
- * Genomför din plan och kontrollera att du är på rätt väg
- * Hitta/ta kontrollen

Vi kommer även att fokusera på kompassen och hur den bäst används i terrängen, gå igenom höjder och ur de översätts från kartan till verkligheten samt lära oss känna igen de vanligaste karttecknen.

Vi kommer att varva teoretiska moment med praktiska övningar ute i skogen med instruktör.

För vem: Alla från 17 år, inga förkunskaper krävs.

Tid: Söndag 6:e april samt lördag 12:e april. Bägge dagarna kl. 09.00-14.00

Var: Hjärnarps OL klubblokal i Margretetorp, Diligensvägen 3.

Då en del av kursen bedrivs utomhus så klä er efter väder samt att vid praktiska övningar ha heltäckande klädsel och skor som tål träning i skogsmiljö.

Anmäl er på ungdom@hjarnarpsol.se senast söndag 31:e mars.

Kostnad: 800 kr vilket inkluderar kursmaterial, lån av utrustning samt lunch bägge dagarna. Ange eventuella allergier i anmälan.

Efter genomförd kurs ges möjligheten att lösa medlemskap i Hjärnarps OL till det reducerade priset 400:- mot ordinarie medlemsavgift på 800:-

Varmt välkomna!