



En **utmaning** för både kropp
och hjärna,
ett **äventyr** i skogens värld,
kompisar från när och
fjärran –



ORIENTERING!

Nu är det dags för **nybörjarkurs** i orientering. Vi börjar måndagen den **11/4** och träffas sedan ytterligare 7 gånger för nya **utmaningar** och **roliga övningar**!

Tid: 18.00 – 19.15, måndagar 11/4, 18/4, 2/5, 9/5, 16/5, 23/5, 30/5 och 13/6

Plats: Vidingsjö Motionscentrum (den 16/5 kommer vi vara i Hackefors)

Kostnad: 200 kr (varav 100:- är kostnaden för medlemskap i klubben)

Det krävs inga förkunskaper och det enda du behöver är ett par sköna joggingskor och kläder som du kan springa och busa i, oberoende av väder och vind! Vi vänder oss främst till ungdomar från 8 år men ser gärna att du som förälder är med. Orientering är till för alla!

Anmälan görs senast 3/4 till Malin Marmelid via e-post:

malin.marmelid@edu.norrkoping.se eller telefon 013-164026, eller

070-2046541. Uppge namn, adress, telefon, e-postadress och födelsedatum.

Här finns ytterligare information om klubben,

IFK Linköpings OS www.ifklinkos.se

OK Roxen (vår tävlingsklubb) www.okroxen.nu

VÄLKOMMEN!