



Välkomna till IF Rigors Nybörjarkurs i Orientering

IF Rigor arrangerar en nybörjarkurs i orientering som riktar sig till barn och ungdom som är intresserade av att börja orientera, tillsammans med vårdnadshavare. Kursen sträcker sig över fem tillfällen, med start söndagen den 12/5.

Då orientering är en idrott som kräver ett engagemang från vårdnadshavare så vill vi att också vårdnadshavare deltar i kursen (täcks av kursavgiften).

Tillfälle 1: Intro, stationsövningar, prova enklare bana gåendes tillsammans med ledare

12/5 kl 10-12 ca, Plats: Älvsåkerskolan (parkering)

Tillfälle 2: Repetition, Genomförande av enklare bana gåendes tillsammans med ledare

19/5 kl 10-12 ca, Plats: Älvsåkerskolan (parkering)

Tillfälle 3: Torrövning start, stjärnorientering barn och vårdnadshavare

23/5 kl 18.30-19.30 ca, Plats: Rigortorpet

Tillfälle 4: Genomgång, Genomförande gåendes av lätt bana barn + vårdnadshavare

28/5 kl 18:00, Plats: Någonstans i norra Halland, enligt senare info

Tillfälle 5: Genomför tävling inskolningsklass, barn + vårdnadshavare

1/6, kl 10.30, Plats: Källsjö (Norra Halland Et 3)

Anmälan: Senast 9/5 till conny_overland@hotmail.com (ange namn och personnummer på såväl barn/ungdom och vårdnadshavare)

Kursavgift: 350 kr (avser barn/ungdom och vårdnadshavare tillsammans), betalas innan kursstart till Swish: 1232252518

Vad som ingår: Fem tillfällen med ledare, kurslitteratur, anmälningsavgift för barn/ungdom till Norra Hallands ungdomsserie Etapp 3 (vårdnadshavare kan följa med som "skugga")

Mer info: Frågor kan riktas till e-postadress ovan, mer info om IF Rigors orienteringssektion finns på <https://ifrigor.se/orientering/>