



Välkommen till

Kexholms SK:s orienteringsträning

Våren 2012

Vi har nybörjarkurser och påbyggnadskurser för barn och ungdomar i olika grupper:

Grupp 1: Skogslek

2. Skogsrally

3. Skogsformelett

Tid torsdagar kl. 18.00 (avslutning lördag 9/6 kl.10.00 mer info kommer senare)

Plats Start torsdag 12 april och sedan 19/4, 26/4, 3/5 och 10/5 vid värmestugan elljusspåret.

24/5, 31/5 och 9/6 vid klubbstugan i Hackhylte.

Innehåll/mål: målet är att alla skall ha roligt och känna en bra gemenskap med varandra, ledarna och den övriga klubben. Barnen i **skogslekgruppen** kommer främst leka många roliga orienteringsinspirerande lekar i skogen. De kommer att lära sig kartans färger och olika karttecken, öva upp motoriken och känna sig trygga i att vistas i skogen. I **skogsrallygruppen** kommer vi också att springa enkla banor och barnen lär sig att ta sig fram längs tydliga ledstänger, ex stigar och åkerkanter med hjälp av karta. De äldre – **skogsformelett** kommer att fördjupa sig i olika orienteringstekniker, prova på svårare moment och lära sig använda kompassen.

Utrustning: Vi kommer att vara ute i skogen varje gång. Ta kläder efter väder. Träningsoverall och oömma tränings skor är bra (heltäckande klädsel, kortärmat går bra.)

Kontaktpersoner: Carin och Urban tel. 0474-12001
Mats och Ulrika tel. 0474-71868
Mariann och Leif tel. 0474-50026
Anna tel. 0474-12277
Björn tel. 0474-71163
Anders tel. 0474-10784

Vi ses i skogen!

www.kexholms.sida.nu

För er som är intresserade av att prova på **orienteringstävlingar** finns på nära håll i vår: **15/4 Växjö, 22/4 Vetlanda, 6/5 Oskarshamn.**