

Kurs for viderekomne orienteringsløpere

O-styret vil sammen med Skogsopplevelser invitere til kurs for viderekomne mandag 17. april 2023. Kurset blir en kveld med teori og oppgaver. Kurset blir avholdt på norsk.

Invitasjonen gjelder for alle o-løpere som ønsker å friske opp sine kunnskaper. Bedriftsløper eller aktiv løper.

Tid og sted: Mandag 17. april 18.00-20.30
Teoridelen avholdes i Koppholen 6 (lokalene der RBIK holder til)

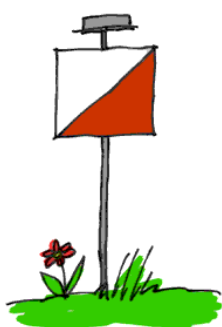
Hva skal kurset inneholde:

Hvorfor bommer vi?

Effektiv o-teknikk!

Hvordan gå rett i posten!?

Løpsanalyse. Kartforståelse.



Kursleder: Ørjan Ravndal fra Skogsopplevelser

Kursavgift: kr 250,-

Påmeldingsfrist: Torsdag 13.april

Deltakerne anbefales å ha med kompass.

Påmelding

Bindende påmelding sendes på epost til ets@sandnes-sparebank.no

Påmelding må inneholde:

Deltakernavn, telefonnummer, fødselsdato, samt bedriften eller aktiv klubb deltaker representerer. Bedriftene vil i etterkant av kurset bli fakturert fra RBIK.

