

# BÖRJA ORIENTERA!

## TRÄNING FÖR 9-10 ÅR



**För vem:** Praktiska orienteringsövningar varvas med lek och kartkunskap på ett roligt och lärorikt sätt. Inga förkunskaper krävs. Vuxen ska vara med på träningen.

Vi lär oss orientering, och efter några gånger ingår vi i vanliga träningsgruppen. Ålder 9-10 år.

**Start:** Torsdag 19 mars, 18.00.

**När:** Torsdagar kl 18.00, träningen är drygt 1 timma. Vårens träning pågår tom 11 juni. Möjlighet finns till tre gångers provträning.

**Var:** GMOK-klubbstugan i Skatås.

**Kostnad:** 500 kr, då ingår funktionströja med klubbtryck och medlemskap i Göteborg-Majorna Orienterings Klubb (GMOK) för 2020 (möjlighet att träna och tävla för klubben). I anmälningsavgiften ingår också startavgift för Vårserien, fem tävlingar runt om i Göteborg.

**Utrustning:** Kläder för rörelse utomhus, gärna löparskor/sportkläder.

**Fika:** Efter varje träning erbjuds gemensam fika.

**Anmälan:** Senast 8 mars till [gmokungdom@gmail.com](mailto:gmokungdom@gmail.com)

Ange barnets namn, adress, barnets personnummer och kontaktuppgifter till vårdnadshavare.

**Frågor:** Maila [gmokungdom@gmail.com](mailto:gmokungdom@gmail.com)

## Välkomna!

*Hälsningar barn och ungdomsledarna  
Göteborg-Majorna Orienterings Klubb*

