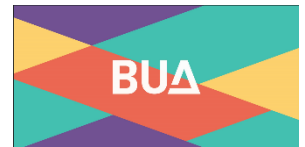




# FOSSEKALLEN IL og BUA



**inviterer til opplæring i bruk av kart og kompass**

*Fremmøte: Schjongslunden, ved HBK huset*

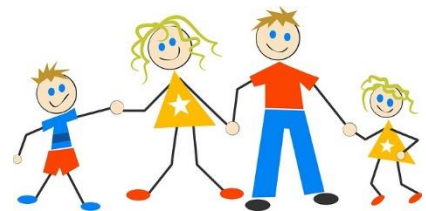
*Tid: Mandag 28. april kl. 17.30 - 18.30*

*og*

*Mandag 5. mai kl. 17.30 – 19.00 m/kveldsmat*

*Plan for opplæringen:*

- *Kartets farger og symboler*
- *Ledelinjer, hvordan lese kartet*
- *Kompass, hvordan orientere kartet mot nord*



Det blir en kort instruksjon ute før deltagerne får prøve ei enkel o løype i området rundt Schjongslunden.

Etter to mandager med opplæring blir det videre tilbud om o aktivitet, enkel o løype hver mandag fremover. Egen plan for dette deles ut på kurset.

## **Utstyr:**

Ta på joggesko og vanlig treningstøy. Kart osv. fåes ved oppmøte. Opplæringen er gratis for alle.

Opplæringen passer for alle aldersgrupper. Lek og lær orientering for barna og teori/praksis for de voksne. Det er fint å ta med hele familien på tur.

*O hilsen fra Fossekallens O gruppe i samarbeid med BUA Hole og Ringerike*

*Påmelding innen lørdag 26. april på melding til **Marit Tønnessen tlf. 92291833/**  
[mahekje@online.no](mailto:mahekje@online.no) slik at vi får ordnet nok kart*