



FOSSEKALLEN IL

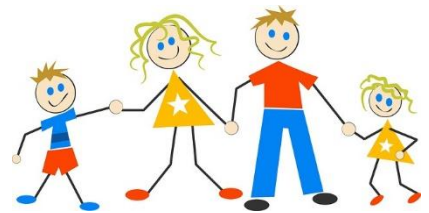
inviterer til opplæring i bruk av kart og kompass

Fremmøte: Schjongslunden, ved HBK huset

*Tid: Mandag 27. april kl. 17.30 - 18.30
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 økta 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

Helst påmelding til

Marit Tønnessen tlf. 92291833/ mahekje@online.no slik at vi får ordnet nok kart