



# EKSJÖ SOK

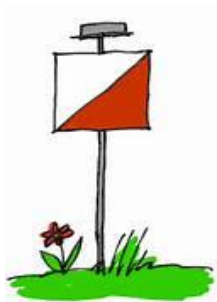
## SKOGSLEK, ORIENTERINGSSKOLA och UNGDOMS-/VUXENTRÄNINGAR!

**Uppstart:** Torsdagen den 17 augusti kl. 18.00 i Skidstugan.

Höstens datum: Torsdagar: 17/8, 24/8, 31/8, 7/9, 14/9, 21/9 och 28/9.

Vi går, springer, leker och lär oss orientering i skogen. Vi håller på i ca 1 timme.

Vill du vara med så vill vi att du blir medlem i Eksjö Skid- och Orienteringsklubb när du provat någon gång. Se [www.eksjosok.se](http://www.eksjosok.se) för avgifter och betalning.



**Skogslek:** Grön nivå, 5-7 år. Den enklaste orienteringsbanan, men med möjligheter till utmaning för deltagaren. Här vill vi att en vuxen följer med barnet.

**Orienteringsskola:** Vit-gul-orange nivå, 8-13 år. Deltagaren ska kunna ledstångs- och vägvalorientering.

Här har vi behov av föräldrar som är med som stöd i skogen åt våra barn.

**Torsdagsträningar:** från 13 år. Här kan alla vara med, även vuxna. Fokus på teknik med inslag av högfartsträning med karta.

**Vill du hjälpa till som ledare?** Vi söker ständigt nya ledare till våra grupper. Är du intresserad så ta gärna kontakt på nedan kontaktuppgifter. Mest akut är det just nu i skogsleken.

**Välkomna! Eksjö SOK**

Vid frågor hör av dig till:

Skogslek: Malin Stenbäck, 073-4043510

Orienteringsskolan: Åsa Persson, 072-3256286 eller [orienteringsskolan@gmail.com](mailto:orienteringsskolan@gmail.com)

Torsdagsträning: Linda Nordin, 070-7458391. Se även Facebookgruppen "Eksjö SOK - Orientering" för vidare info