



EKSJÖ SOK

SKOGSLEK, ORIENTERINGSSKOLA och UNGDOMS-/VUXENTRÄNINGAR!

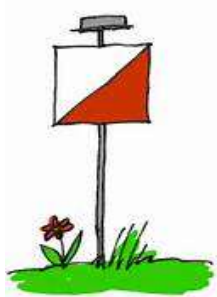
Uppstart: Torsdagen den 30 mars kl. 18.00 i Skidstugan.

Vårens datum: Torsdagar: 30/3, 6/4, 20/4, 27/4, 4/5, 11/5, 25/5, 1/6 och 8/6

Orienteringsskolan och ungdomsgruppen även tisdagar enligt särskilt schema

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 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 vägvalsorientering. 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.

NYHET: Nybörjarkurs i orientering för vuxna: Den 4/5, 11/5, 25/5, 1/6 kl. 18.00 i Skidstugan. Häng på!

Den 22-23 april anordnar ESOK tävlingar i Bruzaholm. Kom och spring tävling i vårt närområde. Mer info lämnas på träningar eller fråga din ledare.

Välkomna! Eksjö SOK

Vid frågor hör av dig till orienteringsskolan@gmail.com