



OK Löftan - Orientering

Ungdomsinformation

Oktober-November 2011



Kvällarna börjar bli mörkare, så efter en sista orienteringsträning vid Frillesåsskolan på torsdag första veckan i oktober börjar vi köra konditionsträning vid Lillesjöstugan på tisdagar istället. Några orienteringstävlingar återstår också bland annat Zoo-orienteringen. Under oktober och november hoppas vi att se våra ungdomar på följande aktiviteter:

- **Torsdag 6 oktober kl 17:30**, orienteringsträning. Samling vid stora skateboardrampen vid Frillesåsskolan.
- **Tisdagar kl 18:00, från och med tisdag 11 oktober**, barmarksträning vid Lillesjöstugan. Vi kommer att köra lite löpträning och lite övningar med stavar. Övningarna passar både orienterare och skidåkare. Har ni stavar, så ta gärna med dem. Saknar ni stavar, så kan OK Löftan låna ut.
- **Söndag 23 oktober**, GMOK Hösttävling, samling Hjällbovallen, första ordinarie start kl 11.00, anmälan via Eventor senast torsdag 13 oktober. Gemensam avresa från Frillesås kl 09.15.
- **Söndag 6 november**, Sydsvenska 2-milen, från ca HD12 och uppåt (lite längre banor än normalt), samling Torup, första ordinarie start kl 09:30, anmälan via Eventor senast torsdag 27 oktober.
- **Söndag 13 november, Zoo-orienteringen i Borås Djurpark**. Vi åker buss från pendelparkeringen mellan Frillesåsskolan och Rya Kyrka. Anmälan görs via Intranätet (under klubbresa) eller per mail till info@okloftan.se senast den 30 oktober - men helst tidigare (så att vi vet hur stor buss vi ska boka). Ange alla som vill tävla och alla extra medföljande (syskon, föräldrar etc) som vill ha plats i bussen vid anmälan. Avresa kl 08:15 och hemfärd någon gång mellan kl 14 och 15.

Anmälan:

Anmälan till individuella tävlingar kan normalt alltid göras via tävlingsanmälningssystemet Eventor. Vill du ha tillgång till Eventor så hör av dig till Stefan Ring per mail info@okloftan.se eller telefon 0340-201977. Observera att personuppgifter behövs på den som ska gå att anmäla.

Behöver du hjälp med anmälan kan du också alltid höra av dig till Stefan R (tfn 0340-201977), Owe A (tfn 0340-657122) eller Magnus J (tfn 0340-653073).

Gemensam avresa:

Gemensam avresa sker från pendelparkeringen mellan Rya Kyrka och Frillesås Skola. **Kontrollera alltid OK Löftans hemsida för senaste information och eventuella ändringar!**