



Välkommen till

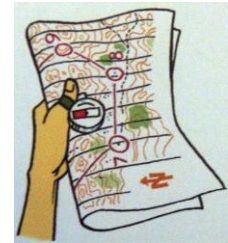
Ronneby OK:s orienteringsträningar



på måndagar hösten 2016!

Måndagen den 15 aug startar Ronneby OK:s ungdoms- och nybörjarträningar igen. Alla gamla och nya, unga som gamla är hjärtligt välkomna. Ta gärna med en kompis så blir vi ännu fler och har ännu roligare.

Vi har grupper för alla kunskapsnivåer och alla åldrar, från några år och uppåt. Förutom ungdomsgrupperna finns det även en vuxengrupp.



Vi samlas alla gånger **kl 18.00** och håller på till ca 19.15. Vi kommer vara på olika platser varje gång där mer exakta detaljer kommer framgå på ROK:s hemsida <http://www.rok.nu>.

Tänk på att du alltid måste ha heltäckande klädsel d.v.s. långa byxor (kortärmad tröja går dock bra).

Program hösten 2016

Datum	Plats	Övrigt
15 aug	Hultagölen	
17 aug	Ungdomsserien	Jämjö
22 aug	Salsjön	Mot Bräkne-Hoby
24 aug	Ungdomsserien	Karlskrona
29 aug	Skogsvandrarhuset	Kallinge (mitt emot vakten F 17)
31 aug	Ungdomsserien	Karlsnäs
5 sept	Träsko-Elofs udde	Vägen Kallinge-Tving. Kan ev ändras. Kontrollera hemsidan
12 sept	Ronneby Kyrka	Sprint
19 sept	Brunnsparken	Poäng-ol
26 sept	Snäckebacken	
1 okt	Ungdomsserien	Final Skogsfalken
3 okt	"Sprint-ol"+tårtkalas	Karlsnäs
10 okt	Brunnshallarna	Nattorientering
17 okt	Brunnshallarna	Nattorientering
24 okt	Brunnshallarna	Nattorientering
31 okt	Karlsnäs	Nattorientering i samband med höstlägret
7 nov	Hulta	Nattorientering
11-13 nov	O-Event Borås	



På Ronneby OK:s hemsida www.rok.nu kommer det att läggas ut detaljerad information inför varje träning med bl.a. vägbeskrivning.

Missa inte heller orienteringsträningarna på torsdagar!

De första tre gångerna får man prova på helt gratis men efter det måste man betala medlemsavgiften, 150kr/år (ungdom) alt. 750 kr (familj).

Välkomna!

Orientering - Sporten för dig som gillar fart och tuffa utmaningar