



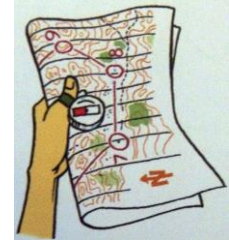
Välkommen till

Ronneby OK:s orienteringsträningar

måndagar våren 2018!



Måndagen den 26 mars 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).



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

Miss 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



Urval av aktiviteter våren 2018

(kolla alltid rok.nu för aktuell info!)

Preliminärt program måndagar våren 2018

<i>Datum</i>	<i>Plats</i>	<i>Övrigt</i>
26 mars	Bäckahästen	
2 april	Karlsnäs	
9 april	Hulta gård	
16 april	Lernia	
23 april	Södra Brunnsskogen	
7 maj	Karlsnäs	
14 maj	Hasselstad	
21 maj	Soft Center	Vid Mandeltårtan, Sprint
28 maj	Risatorp	
4 juni	Karlsnäs	Korvgrillning

Ungdomsserien våren 2018

<i>Datum</i>	<i>Arrangör</i>	<i>Plats</i>
2 maj	Ronneby OK	Karlsnäs
16 maj	OK Orion	Jämjö
23 maj	Ronneby OK (sprint)	Ronneby
30 maj	Karlskrona SOK	