



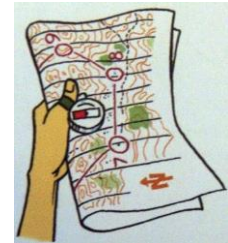
Välkommen till

## 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](http://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>
<i>26 mars</i>	Bäckahästen	
<i>2 april</i>	Karlsnäs	
<i>9 april</i>	Hulta gård	
<i>16 april</i>	Lernia	
<i>23 april</i>	Södra Brunnsskogen	
<i>7 maj</i>	Karlsnäs	
<i>14 maj</i>	Hasselstad	
<i>21 maj</i>	Mandeltårtan	Sprint
<i>28 maj</i>	Risatorp	
<i>4 juni</i>	Karlsnäs	Korvgrillning

### Ungdomsserien våren 2018

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