

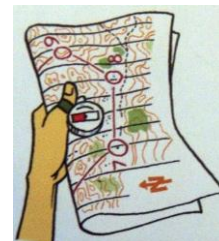


Välkommen till
Ronneby OK:s orienteringsträningar
måndagar hösten 2022!



Måndagen den 22 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 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 tisdagar!

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 hösten 2022

(kolla alltid rok.nu för aktuell info!)

Preliminärt program måndagar hösten 2022

<i>Datum</i>	<i>Plats</i>	<i>Övrigt</i>
<i>22 aug</i>	Bäckahästen	
<i>29 aug</i>	Karlsnäs	
<i>5 sept</i>	Skärsjön	
<i>12 sept.</i>	Kallinge	
<i>19 sept.</i>	Listerby	
<i>26 sept</i>	Karlsnäs	Sprint och tårtkalas
<i>3 okt</i>	Brunnshallarna, Brunnsparken	
<i>10 okt</i>	Brunnshallarna, Brunnsparken	
<i>17 okt</i>	Brunnshallarna, Brunnsparken	
<i>24 okt</i>	Brunnshallarna, Brunnsparken	
<i>31 okt</i>	Aktivitetssdag Karlsnäs	Heldag (höstlovet)

Ungdomsserien hösten 2022

<i>Datum</i>	<i>Arrangör</i>	<i>Plats</i>
<i>24 aug</i>	Orion Jämjö	Sprint
<i>31 aug</i>	Karlskrona	
<i>17 sept</i>	Ronneby	Karlsnäs