



Det er aldrig for sent!

Løb og lær - O-teknik kurser for voksne

Dansk Orienterings-Forbunds Breddeudvalg inviterer alle interesserede >20 år til o-teknik kurser lørdag d. 1. maj 2010 kl. 09:30-15:00 i NORD (St.Binderup).

Der undervises på 3 forskellige niveauer:

Voksen 1 (V1):

- Grundlæggende kortforståelse
- Grundlæggende kompas
- Korthåndtering
- Postdefinitioner
- Ledelinjer

Voksen 2 (V2):

- Øget kortforståelse
- Simple strækplanlægning
- Grundlæggende kurveforståelse
- Mellemsvære poster
- Udvidet om ledelinjer
- Brug af kompas

Voksen 3 (V3):

- Udvidet kompas
- Udvidet kurveforståelse
- Udvidet strækplanlægning
- Forenkling
- "Aktiv" kortlæsning
- Bom teknik



Foto: Gert Nielsen

Der gennemgås et par af ovenstående emner på V1, V2 og V3 kurserne lørdag d. 1. maj 2010.

Der er såvel teori som praktiske øvelser i skoven.

Pris kr. 100,00 - Frokost og kaffe/the er inkluderet i prisen.

Tilmelding via O-service senest søndag d. 25. april 2010 kl. 20:00

NORD – St.Binderup

Sted: St.Binderup OKs klubhus, Blærevej 6, 9600 Aars

Tid: Lørdag d. 1. maj 2010 kl. 09:30-15:00

Undervisere: Asger Kristensen, Herning OK
Lars-Ole Kopp, Karup OK
Kenn Kristensen, Herning OK



Foto: Preben Schmidt



Kontaktperson: Lisa Tantholdt – lisa.tantholdt@os.dk – tlf. 4581 5574