

## Syd-kredsens teknik træning for voksne orienteringsløbere

Et tilbud for orienteringsløbere i alderen fra 17-90 år, der vil være bedre til at løbe orienteringsløb.

Teknik træning afholdes på lørdage i perioden november – marts.

Der tilbydes 2-3 teknik træninger hver vinter. Alle med mindst ét tema og træning af orienteringsmomenter.

Vi mødes kl. 9 – 16, og der skiftes mellem teori og øvelser i skoven.

Der er mulighed for at komme indendørs til omklædning, spising og teoriundervisning.



Kurset afvikles på 3 niveauer. Man vælger selv niveau ved tilmelding.

- Let orientering
- Mellemsvær orientering
- Svær orientering

Syd-kredsens klubber afvikler teknik træning på skift. Denne vinter afvikles 3 teknik træninger:

- **Lørdag den 19. november 2022 i Vejle (Nørreskoven og Ulvedalen).**
- **lørdag den 14. januar 2023 i Fåborg / Svanninge Bakker**
- **lørdag den 25. februar 2023 i Gråsten**

Arrangøren sørger for kaffe og te hele dagen, - samt morgenbrød, men man medbringer selv sin frokost.

Indbydelse og tilmelding via O-service. Der betales et mindre gebyr for deltagelse.



### *Hilsen fra orienteringsklubberne i Syd-kredsen*

