

ORIENTERINGSKURS

for barn 8-12 år (født 2009-2013)



- Mandager kl.18:00 – 19:15. Sted varierer (varsles i Spond).
- Første trening er 26. april på Tanum skole. Møt opp i treningstøy og joggesko
- Fokus på innføring i kart og kompass samt fysisk aktivitet gjennom lek
- Treningen tilpasses nivå. Ingen forkunnskaper er nødvendig
- Gratis opplæring for foreldre som ønsker å prøve orientering

ORIENTERING gir ...

- Kart-, kompass- og retningsforståelse
- God kondisjon, styrke og bevegelighet
- Fortrolighet for skogen, også i mørke
- Naturopplevelser og lokalkjennskap
- Varierte utfordringer i flere disipliner
- Øvelse i å ta egne beslutninger under tidspress
- Konkurransglede og mestringsfølelse
- Fri fra utstyrspress og dugnader
- Treninger og samvær for begge kjønn i alle aldre
- Ingen benkeslitere, alle får delta på stafetter



Stafetter, stevner og o-leir skaper sosialt miljø. Alle får være med på stafetter fordi flere barn kan løpe samme etappe



Nattorientering er én av mange O-disipliner. Siste kurskveld er det nattløp på Kalvøya!



Tyrving er en av landets beste O-klubber og hevder seg godt i internasjonale stafetter som TIO-mila og Jukola

AKTIVITETSPLAN 2021

26. april	Trening	Tanum skole
3. mai	Trening	Tanum skole
10. mai	Trening	Tanum skole
18. mai	Rekruttløp 1	Fossum
29. mai	Nærsamling*	Nedre Gupu
31. mai	Trening	Henie Onstad
3. juni	Rekruttløp 2	?
7. juni	Trening	Henie Onstad
10. juni	Rekruttløp 3	?
14. juni	Sommeravslutning	Henie Onstad
Sommerferie		
23. august	Trening	Vestmarksetra
26. august	Rekruttløp 4	?
30. august	Trening	Vestmarksetra
2. september	Rekruttløp 5	?
6. september	Trening	Vestmarksetra
7. september	Rekruttløp 6	Fossum
13. september	Trening	Vestmarksetra
18.-19. september	O-troll-leir*	?
20. september	Trening	Dælivann
27. september	Trening	Dælivann
11. oktober	Trening	Dælivann
18. oktober	Sesongavslutning	Kalvøya

* For 10-12 år

NB. Endringer kan komme. Følg med på Facebook/Spond.

PÅMELDING

- Påmelding i app'en Spond. Gruppekode: BSYDE
- Kursavgift: Ikke fastsatt for 2020 (normalt kr. 1000).
- Medlemskap Tyrving: Kr 100,- første år, deretter 350,-

Kursavgiften inkluderer:

- 14 treninger med instruktører
- 6 rekrutt-O-løp (med premie til alle)
- Nærsamling (for 10-12 år)
- O-troll-leir med overnatting (for 10-12 år)
- O-trøye med Tyrving-logo
- Rabattert kompass og løpebrikke
- Halv løpsavgift på ordinære o-løp
- Gratis opplæring og treningsløype for foreldre
- Utvalgte tur-o-kart som familien kan prøve seg på
- Klubbtrening på torsdager for de som ønsker mer

Vi har ingen dugnader, med oppfordrer foreldre til å delta aktivt ved å lære seg orientering og følge sine barn



Klubbens ungdomsløpere er instruktører. De får faglig veiledning og bistand fra voksne

KONTAKTPERSONER

Åsa Franzén	924 53 614
Tellef Juell Larsen	909 64 596
Nils-Erik Hirsch	414 71 865
Kristoffer Jakobsen	932 13 003