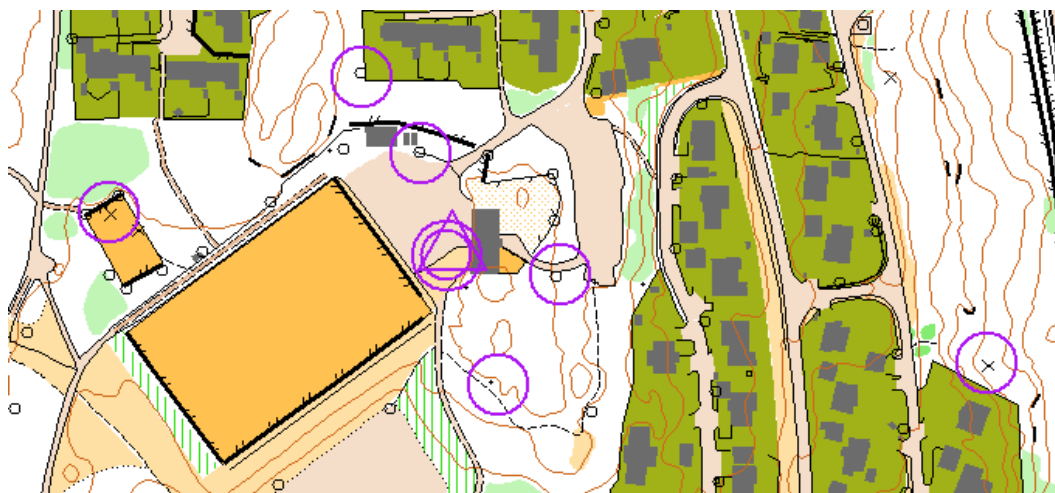




# Orientering på Tyristrand hver mandag

**Oppstart 28 april kl 1800 fra Stadion**

15 minutter innføring/repetisjon i kart og kompass for alle uansett aldre. Deretter 2 kilometer sprintløype med eller uten tidtaking. Ingen forhåndspåmelding.



**Ringerike orienteringslag i samarbeid med Tyristubben idrettsforening**

Tilbudet er for alle i alle aldre, både de som var med i fjor og de som har lyst til å bli med i år. Vi låner ut kart og kompass

Aktivitetsplan på side 2 😊



**Kontakter:**

Mob.nr.: Kristian - 90 50 59 61

Ringerike o-lag: <http://www.ringerike-o-lag.no>



## Aktivitetsplan for orientering på Tyristrand Ringerike o-lag



Dato / tid	Frammøtested	Aktivitet	Ansvarlig
Mandag 28.april Kl. 18.00-19.00	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp sprint	Kristian Kihle
Mandag 05.mai Kl. 18.00-19.00	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp sprint	----- \\ -----
Mandag 12.mai Kl. 18.00-19.00	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp sprint	Kristian Kihle
Torsdag 15.mai Kl 1800	Stadion	Ringerikskarusell -o-løp sprint nybegynnerløype	Fam Kihle
Mandag 19.mai Kl. 18.00-19.00	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp	Kristian Kihle
Mandag 26.mai Kl. 18.00-19.30	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp	Kristian Kihle
Mandag 2.juni Kl. 18.00-19.30	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp sprint	Kristian Kihle
Mandag 16.juni Kl. 18.00-19.30	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp sprint	Kristian Kihle
Helga 21-22.juni	Hole ungdomsskole	O-troll leir for Buskerud o-krets 10-13 åringer	- Anne Guro/Stig
23-26 juni	Sommer o-skole	Hov ungdomsskole kl 08-16 (09-15).	
Sommerferie	O-kurs på nettet: <a href="http://nof-orientering.org/innhold.php">http://nof-orientering.org/innhold.php</a>		
Torsdag 14.aug Kl. 18.00-19.30	Finn-fram-dagen	Kartverket, Hvervenkastet	
Mandag 18.aug Kl. 18.00-19.30	Stadion	Orientering på 1-2-3. 15minutter opplæring o-løp	Kristian Kihle
Helga 23- 24.august	Ringkollen	Bli med på et ordentlig orienteringsløp!	- Anne Guro/Kristian
<b>Tilbudet er for alle i alle aldre, både de som var med i fjor og de som har lyst til å bli med i år. Vi låner ut kart og kompass ☺</b>			



### Kontakter:

Mob.nr.: Kristian - 90 50 59 61

Ringerike o-lag: <http://www.ringerike-o-lag.no>