



## Välkomna till nybörjarträning hösten 2021!

Start den 23 augusti på Bulltofta kl 18.00.

Träningarna inleds med en kort teoridel och sedan får ni springa/gå en orienteringsbana. Allt kommer att vara utomhus, så kläder och skor efter väder. Ni får gärna ta med en filt att sitta på under teoridelen.

Träningarna vänder sig till både vuxna och barn. Barn bör vara i minst mellanstadieåldern för att kunna delta på egen hand, men delta gärna tillsammans med era barn - oavsett ålder.

Kostnad för träningarna är det samma som ett medlemskap i Malmö OK:

T o m 16 år 150:-, 17-25 år 200:-, 26 år och äldre 300:-, alternativt en familjeavgift 600:- (2 vuxna och ett obegränsat antal barn upp till 16 år inom samma familj, samtliga räknas som aktiva). Medlemsavgiften är för ett kalenderår. Avgiften betalas in på vårt plusgiro: 63 44 50 - 1, glöm inte att ange för vem avgiften gäller. Skicka också ett mail till [Carolina Landin](#), som är ansvarig för medlemsregistret, där du anger namn, adress, telefonnummer, email och födelsedag (år-mån-dag).

Plats:

måndagarna 23 aug, 30 aug och 6 sep: samling vid vår klubbstuga på Bulltofta, den ligger norr om den stora parkeringen där. Kl 18.00

måndagarna 13 sep och 20 sep: samling i Flygfältsparken, där gatan Genarpsgatan svänger och byter namn till Baragatan. Kl 18.00

lördagarna den 9 okt och 23 okt - Bokskogen. Samling kl 10.30.

måndagen den 18 okt - samling vid vår klubbstuga. Prova på natt-orientering. Ta med ficklampa eller pannlampa. Kl 18.30.

Skicka ett sms eller ett mail och anmäl er. Våra kontaktuppgifter finns nedan. Vi svarar också gärna på era frågor, om ni har några.

Välkomna!

Malmö OK

Ledare:

Sara Bengtsson tel 073-5603278

Lotta Magnusson, tel 0705-794998, email: [lotta\\_ma@yahoo.com](mailto:lotta_ma@yahoo.com)