



Mo orienteringsklubb 2012

- Skattejakt, Mo-cup og Helgelandsræs, side 2
- O-kurs for nybegynnere ca 8-12 år, side 3
- Rekruttsamling ca 9-12 år, side 4

Følg med på www.mook.no





Skattejakt, Mo-cup, og Helgelandsræs

Start alle dager kl. 18.00

15.05	Talvikparken	Skattejakt 1 /Mo-cup 1
22.05	Klokkerhagen	Skattejakt 2 /Mo-cup 2, HR
29.05	Selfors (Skihytta)	Skattejakt 3 /Mo-cup 3, HR
05.06	Åga (lysløypa)	Skattejakt 4 /Mo-cup 4, HR
12.06	Skillevollen	Skattejakt 5 /Mo-cup 5, HR
19.06	Rauvatnet / RK-hytta	Klubbmesterskap, HR
14.08	Gåstjønnlia	Treningsløp
21.08	Ytteren	Treningsløp, HR
28.08	Mjølan	Skattejakt 6 /Mo-cup 6
04.09.	Mofjellet (Anleggsh.)	Skattejakt 7 /Mo-cup 7, HR
11.09	Skillevollen m/ premieutdeling	Skattejakt 8 /Mo-cup 8
18.09	Fagerlia	Treningsløp

Skattejakten

Orientering for barn med foreldre og besteforeldre. Enkle løyper tilpasset barn fra ca 4 – 10 år. En flott familieaktivitet med venner i friluft. Skikkelig premie til alle som deltar på minst 6 skattejakter.

Mo-cup

Årets nyskapning fra Mo o-klubb. Tre – fire treningsløyper med ulik vanskelighetsgrad og løypelengde. Hederlig omtale og premie til sammenlagtvinnerne.

Startkontingent kr 200 pr deltaker eller kr 400 pr familie, inkluderer medlemskap i Mo orienteringsklubb



Orienteringskurs 8-12 år

Før oppstart av skattejakt og Mo-cup holder vi et tredagers orienteringskurs hvor vi lærer de mest grunnleggende ferdighetene.

O-klubbens aktive medlemmer stiller som instruktører.

Gamle og nye o-løpere er velkomne!

- 9. og 10. mai kl 1800 på Skillevollen
- 14. mai kl 1800 v/Lyngheim skole



Kurset inngår i medlemskontingenten.



Rekruttsamling i Herringen 1. og 2. juni

I forbindelse med Herringen 2-dagers arrangerer Mo o-klubb, i samarbeid med Herringen IL, rekruttsamling for alle i alderen ca 8-12 år.

Vi møtes i Herringen fredag 1. juni kl 1730, og holder det gående med ulike o-treninger til lørdag 2. juni kl 1400. Etter samlingen, ca kl 1430 får alle deltakerne anledning til å delta på et skikkelig o-løp. Full premiering.

Vi tar for oss grunnleggende ferdigheter i orientering for de yngste:

- Kart og kompass
- Karttegn
- Bli trygg i skogen

....og noe mer avansert for de som har vært med flere ganger.

Vi skal også ha mye lek og moro.



Påmelding til Kristin Nilssen tlf 91 51 91 63 eller e-post knilss7@online.no, innen 26.mai.

Foreldre er velkomne til å delta.

Egenandel kr 100,-

Har du lyst til å trene i forkant så er dette ei nettside for deg: ☺ <http://nof-orientering.org/innhold.php>

Følg med på www.mook.no