

Nybegynnerkurs for foreldre/voksne

Sted:

Klubbhytta

Tid:

Mandag 29.05 og torsdag 01.06. Vi starter ca. 1815 på mandagen og 1745 på torsdag, slik at foreldre/foresatte kan sette i gang ungene på trening/klubbløp først.

Varighet:

45 - 60 minutter per kveld.

Formål:

Gi foreldre/foresatte grunnleggende kunnskap om orientering for å kunne hjelpe sine barn. Kurset vil også passe voksne nybegynnere for å komme i gang.

Innhold:

Orienteringskart, Farger, mest vanlige karttegn, postbeskrivelse, løyper/løypetyper, taktiske momenter (veivalg, siste sikre, etc.), kompassbruk, brikke/tidtagning.

PS Hvis deltagere har andre temaer de ønske belyst, så er det mulighet for det. Det er også fritt fram for spørsmål underveis.

Første kvelden (mandag) blir en teorikveld inne på klubbhytta. Denne avsluttes med en 10-15 minutters praktisk øvelse på miniatyrkart (målestokk 1:100) rett utenfor hytta.

Andre kvelden (torsdag) går vi rundt N-løypa på klubbløpet og ser på det teoretiske i praksis.

Påmelding:

Ingen bindende påmelding, men send en mail til robert.fredriksen@ebnett.no ca. en uke før slik at jeg kan kopiere opp tilstrekkelig materiell (kart og presentasjon).