

Träna med oss!

Våren 2018

Orientering

Torsdagar, **29 mars-7 juni**. En möjlighet att få lära sig karta och kompass från början, eller lära sig mer om hur det går till om du provat på orientering innan.

Alla tränar tillsammans fast på olika nivåer. Du är välkommen om du är 8 år och uppåt. Även vuxna är hjärtligt välkomna!

Vi börjar träningen kl **18:00**.

Ta på dig heltäckande träningskläder och bra skor för löpning i terräng.

Hör gärna av dig innan och berätta att du kommer.

Välkomna!

Mountainbikeorientering, MTB-O

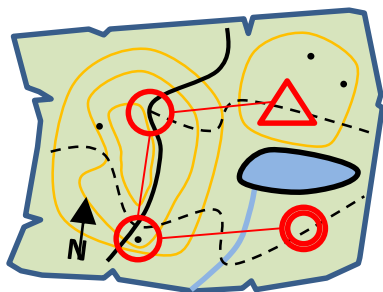
Tisdagar **10 april -5 juni**, kl **17.30-19.00**, Ymergården

Vill du cykla och orientera på samma gång, efter stigar och vägar i skogen? Då är MTB-O något för dig.

Träningen lämpar sig för dig som är 8-12 år, men vuxna är också välkomna! Barn måste ha cyklande vuxen med sig.

Anmälan sker på Facebooksidan senast lördag före respektive tisdag.

Välkomna!



Anmälan och info:

Se hemsidan <http://ol.ikymer.se/> eller Facebook Ymer Orientering Borås.

Kontakt: martinalindbergymmer@gmail.com, 0734-153881





Program – IK Ymer OL

Våren 2018

Dag	Träning/Tävling	Plats	Specifikation
Tisdagar kl 18:00 10 april - 5 juni	MTB-O-träning	Ymergården	Facebook: Ymer Orientering Borås
Onsdagar i maj	Motionsorientering	Se hemsidan för motionsorientering	http://motionsorientering.se
Torsdagar kl 18:00 29 mars - 7 juni	Orienteringsträning	Ymergården och andra platser	http://ol.ikymer.se

Schema – Orientering

Våren 2018

Månad	Datum	Aktivitetstyp	Plats	Övrigt
Mars	29	Orienteringsträning	Ymergården	
April	5	Orienteringsträning	Ymergården	
	12	Orienteringsträning	Ymergården	Fika efter träning
	14	Orienteringstävling	Falköpings AIK OK	Medel
	15	Orienteringstävling	OK Tranan, Tranemo	Medel
	19	Orienteringsträning	Ännu ej bestämd	
Maj	26	Orienteringsträning	Ymergården	Bill för de yngsta
	3	Orienteringsträning	Gånghester	
	5	Orienteringstävling	Gällstadbygdens SOK	Minibussresa
	6	Orienteringstävling	Ulricehamns OK	
	10	Orienteringstävling	OK Orinto, Bollebygd	Medel och sprint
	17	Orienteringsträning	Rydboholms SK	Ungdomsmatch
Juni	24	Orienteringsträning	Ymergården	
	31	Orienteringsträning	Ymergården	
	2	Orienteringstävling	OK Klyftamo	Kinnekullesprinten, 2 etapper
	3	Orienteringstävling	IK Gandvik, Skara	Sommarlandssprinten
	7	Orienteringsträning	Ymergården	Grill efter träningen

Schema – MTB-O

Våren 2018

Månad	Datum	Aktivitetstyp	Plats	Övrigt
April	10	MTB-O-träning	Ymergården	
	17	MTB-O-träning	Ymergården	
	24	MTB-O-träning	Ymergården	
Maj	8	MTB-O-träning	Ymergården	
	15	MTB-O-träning	Ymergården	
	22	MTB-O-träning	Ymergården	
	26	MTB-O-tävling	Trollhättan	
	27	MTB-O-tävling	Trollhättan	
Juni	31	MTB-O-träning	Ymergården	Obs! Torsdag
	5	MTB-O-träning	Kype	

