



INVITASJON TIL PARAIIDRETTSDAG ONSDAG 9. SEPTEMBER 2020

Lardal orienteringslag inviterer til opplæring og deltakelse i Presisjonsorientering (PreO) med innlagte tidsposter.

Sted: Borgen skianlegg i Svarstad. Link til veibeskrivelse: [Borgen](#)

Klokkeslett: fra klokka 17:00-19:00

Målgruppe: ALLE er hjertelig velkomne, uansett alder og funksjonsnivå.

Hva er Pre-O:

- I pre-o er det evnen til å løse orienteringsoppgaver ved hjelp av kart og kompass som teller, så derfor blir det først en enkel opplæring i kart og kompass for de som ikke kan det fra før.
- Oppgavene er vanligvis fordelt på en kort løype.
- Du får en romslig maksimaltid til å gjennomføre orienteringsoppgavene, slik at det fysiske konkurransemomentet er så godt som borte.
- Underlaget i løypa skal alltid være slik at rullestol og barnevogn skal komme frem.
- Du kan lese mer her: <http://orientering.no/om-idretten/presisjonsorientering/>

Det vil være en løype som passer til nybegynnere og til de som kan litt kart og kompass fra før.

Ingen konkurranse med resultater, men en liten premie til alle som deltar!

Påmelding med navn og om du er nybegynner med kart og kompass eller ikke.

Send til inger.styrvold@gmail.com innen **søndag 6. september**

Vi tilbyr en ZippyGo aktivitet i tillegg, så det kan være lurt å laste ned App på mobil



Android

Få appen på din mobil!
Klikk på logoen (link) eller skann QR-koden.



iOS

Hilsen Lardal OL

