

Tilmelding til Tekniklørdag, lørdag den 29. november

OK Sorø gennemfører en tekniklørdag, hvor du kan lære nogle vigtige o-teknikker som fx:

- kortkontakt ("bliv ikke væk")
- kompas ("hvilken vej løber jeg")
- skridttælling ("hvor langt er jeg kommet")
- trafiklys ("skift tempo efter hvor svært det er")

Målgruppen er dig, der er kommet lidt igang og måske har smagt lidt på mellemsvær bane, eller eventuelt blot let bane, eller som bare gerne vil have optanket eller opfrisket din o-teknik.



Dato er lørdag den 29. november kl. 9.00-15.00.

Der bliver en tekniklørdag mere til foråret om andre teknikker som fx Højdekurver, Velvalg og Flyd.

Giv derfor lyd nu, hvis du gerne vil deltage i sådan et tilbud på denne lørdag!

Tilbuddet gælder OK Sorø, og interesserede fra Holbæk OK og Herlufsholm OK.

☺ Morten

Tilmelding til Bjark på
bjarkbo@gmail.com
senest den 14. november