



Vid varje träning finns tre banor av olika svårighet och längd, på orienteringsspråk kallade vit, gul och orange. Det kommer även att finnas en teknikträning. Träningarna är öppna för alla, ungdomar och vuxna, nybörjare och de som varit med sedan innan. Ingen särskild utrustning behövs. Kläder/skor efter väder och anpassade efter om du går eller springer. För att hitta till träningarna följer du vägvisningen nedan. Orange-vit skärm visar vägen sista biten. Träningen börjar 18.15. Vissa träningar avslutas med korvgrillning.

Datum	Samling - område
Torsdag 2/4	Bjävröd, vägvisning vägen Ludvigsborg-Södra Rörum.
Torsdag 9/4	Sprinträning på banor som används vid våra tävlingar 31/5. Samling vid parkeringen för Höörs bad- och Sportcenter.
Torsdag 16/4	Torup, vägvisning väg 23 ca 2 km N Citygross (liten väg).
Torsdag 23/4	Hagstad, vägvisning vägen Södra Rörum-Häglinge.
Torsdag 7/5	Fiskeparkeringen S Dagstorpssjön, vägvisning rån t-korset N Frostavallen.
Torsdag 21/5	Våttseröd, vägvisning från väg 13 mellan Höör och Hasslebro.
Torsdag 28/5	Bjävröd, vägvisning vägen Ludvigsborg-Södra Rörum.
Torsdag 4/6	Ekeröd, vägvisning från väg 23 norr om City Gross (mossfotboll)

Upplysningar: Ingmar Ekelöv 0768 392382, i.ekelov@gmail.com

<mailto:ungdom@ringsjo.nu>

[Facebook Ringsjö OK](#)

[Hemsida:](#)

