



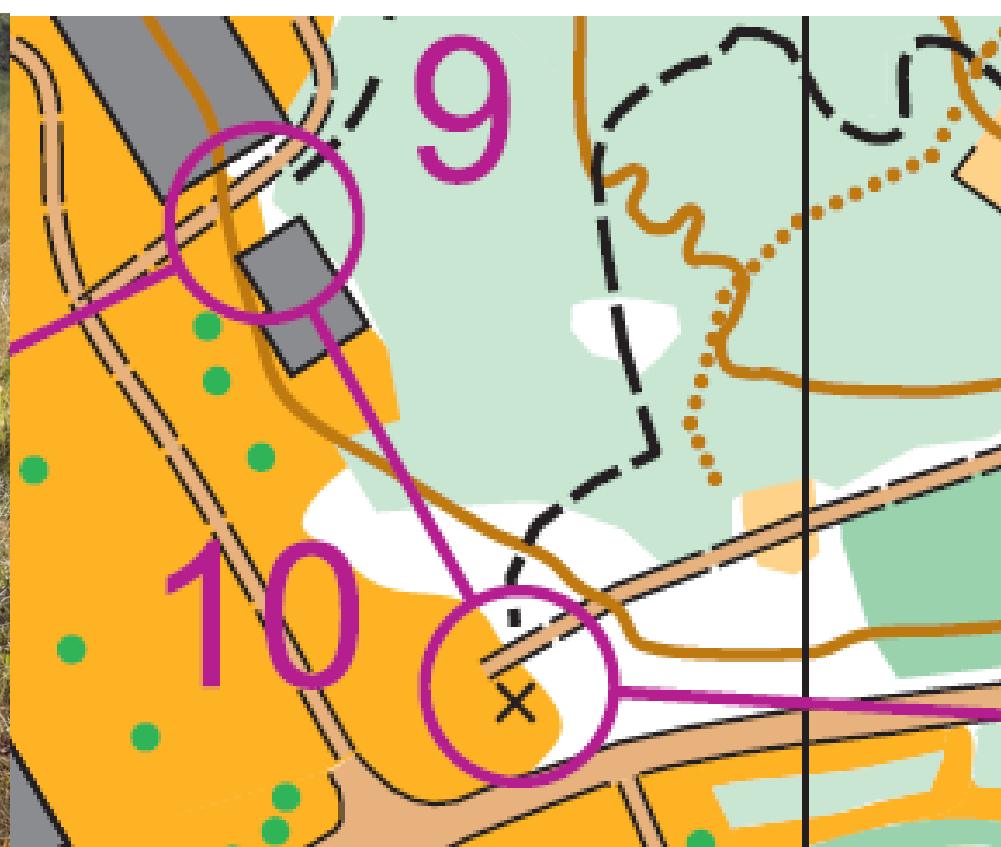
**HVER BEVEGELSE TELLER.
DET ER 30 MINUTTER OM
DAGEN SOM GJELDER.**

**I samarbeid med
Tverlandet IL
Orientering**

B&OI Orientering

«Fart-med-kart 2018»

- for deg som er 10 - 13 år

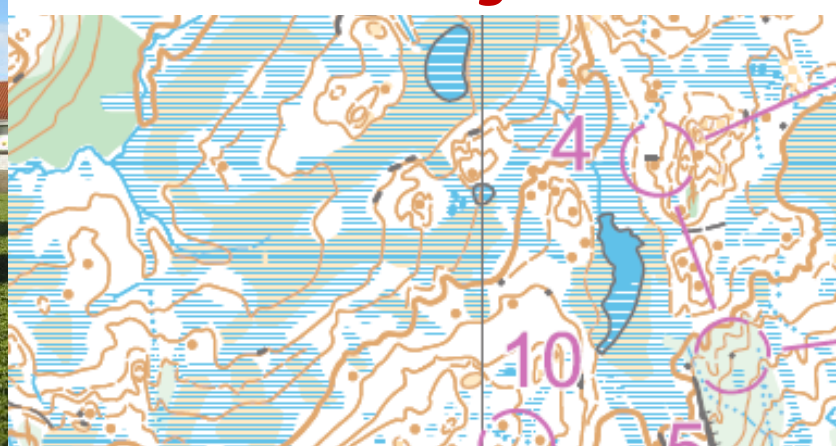


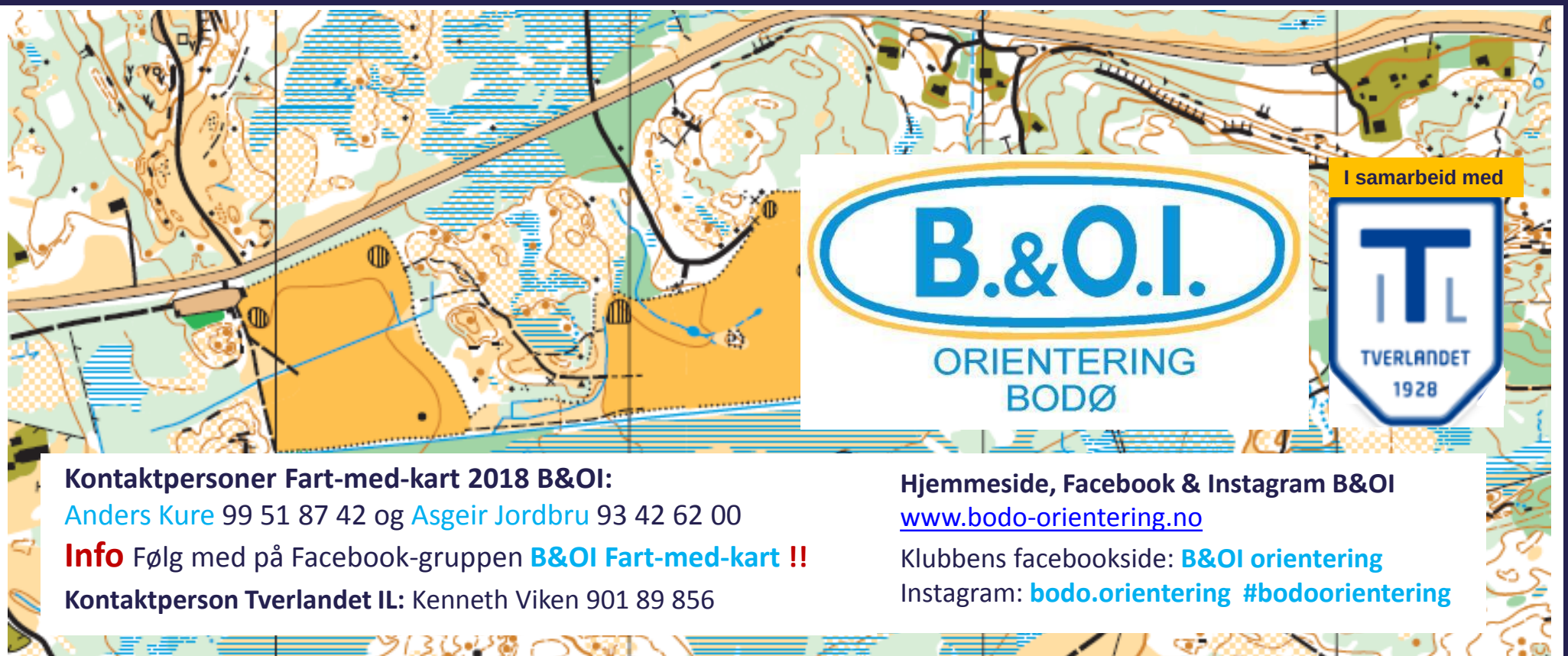
Visste du at ...

- O-løpere også spiller fotball & i korps, går langrenn og synger i kor?
- Klubbens aktive medlemmer er fra 10 – 80 år! Orientering er en artig bredde- & toppidrett, som man kan drive hele livet!
- Kunnskap om kart og kompass er kjempelett å kunne!

NYTT! B&OI sin tradisjonsrike **TUR**orientering er et bra supplement!
I **2018** blir B&OIs tur-o-opplegg lett tilgjengelig på turorientering.no?

..orientering er VILT – VAKKERT & RÅTT!





Kontaktpersoner Fart-med-kart 2018 B&OI:

Anders Kure 99 51 87 42 og Asgeir Jordbru 93 42 62 00

Info Følg med på Facebook-gruppen **B&OI Fart-med-kart !!**

Kontaktperson Tverlandet IL: Kenneth Viken 901 89 856

Hjemmeside, Facebook & Instagram B&OI

www.bodo-orientering.no

Klubbens facebookside: **B&OI orientering**

Instagram: **bodo.orientering #bodoorientering**

Fokus: Bli svett, glad & trygg i skogen! Lær om kart og orientering & ha det artig!

Tirsdag er orienteringsdag!

Ta med en venn & finn nye!

Vi møtes til stafetter, lek, o-bingo, myr fotball & bushing først, og deltar på o-løp på slutten av økta

- ✓ **Nybegynner-løyper** – Råtass (sløyfer) eller rundløype
- ✓ **C-løyper** – for deg som er litt øvet, eller for foreldre som vil prøve seg!
 - **Tirsdag 17/4** kl. 17.30 - oppmøte **Rønvik skole**
 - **Tirsdag 24/4** kl. 17.30 - oppmøte ved **Bodø videregående skole** (hovedinngangen)
 - **Tirsdag 1/5** kl. 17.30 - oppmøte **Ausvika** (p-plassen)
 - **Tirsdag 8/5** kl. 17.30 - oppmøte ved **Turisthytta** – merket fra p-plass Rønvikfjellet
 - **Tirsdag 15/5** kl. 17.30 - oppmøte **Saltstraumen museum** ved kirka
 - **Tirsdag 22/5** kl. 17.30 - oppmøte **Mørkvedbukta** – merket fra rv. 80 ved Hunstadsenteret
 - Onsdag 23/5 dagtid - World orienteering day! Følg med – kanskje din skole deltar?
 - **Tirsdag 29/5** kl. 18.00 - oppmøte **Bestemorenga** – p-plassen
 - **Tirsdag 5/6** kl. 17.30 – **Bueskytterbanen ved Arlia** - parkering langs vegen
 - **Tirsdag 12/6** kl. 17.30 – **Straumøya** Sommeravslutning
 - **Tirsdag 19/6** kl. 18.00 - **Helsesportsenteret** Valnesfjord IL– kun løp, ikke trening først

SOMMERFERIE

- **Tirsdag 21.8** kl. 17.30 - **Rensåsen** – oppmøte ved Kjolesalongen
- **Tirsdag 28.8** kl. 17.30 – **Hopen** – følg merking fra rundkjøring rv. 80 etter Tverlandsbrua

Løp med N- og C-løyper – ikke trening først

- **Tirsdag 4.9** kl. 18.00 – **Straumøya** - løp, ikke trening først
- **Tirsdag 11.9** kl. 18.00 - **Maskinisten** – Klubbmesterskap!!
- **Tirsdag 18.9** kl. 17.30 – **Bodøsjøen friluftsmuseum** – løp, ikke trening først

Utstyr: Sko og treningstøy som tåler å bli vått og skittent. Fotballsko, joggesko eller o-sko (ikke støvler)
Kompass og elektronisk tidtakingsbrikke (EMIT) kan lånes eller kjøpes av klubbene

Treningsavgift & medlemskap i B&OI 200 kr. Treningsavgift for TIL-medlemmer 100 kr

Kr. 200 inkluderer kart, startkontingenter & medlemskap i B&OI for hele 2018. Ingen dugnad for foreldre første året!

Medlemmer av Tverlandet IL betaler en treningsavgift 100 kr til B&OI. Inkluderer kart og startkontingent for hele 2018

TRIM for foreldre-/ besteforeldre-/ eldre søsken – prøv du også!

Løyper for ALLE ferdighetsnivå på tirsdagene! Tren selv og samle tur-o-poeng! Familiemedlemskap i B&OI koster 500 kr

Påmelding og informasjon

Registrering ved oppmøte. Nærmere informasjon om betaling og treninger via Facebook-gruppa **B&OI Fart med kart**