



IFK Enskede

inbjuder till motionsorientering

.... som passar perfekt för dig som vill motionera och samtidigt få en härlig naturupplevelse med karta i handen.

Motionsorientering vänder sig till alla, ung som gammal. Du behöver inte kunna, vi hjälper den som behöver, visar och instruerar.

Tid: 10 juni 2010. Anmälan från 16.45 och start mellan kl 17 och 19.

Plats: Vid Enskede Idrottsplats. Dit kommer du med T-bana till Sockenplan.

Banlängd och svårighetsgrad: Det finns 3 banor att välja på:
ca 2.5 km mycket lätt
ca 3.5 km lätt
ca 5 km medel

Kostnaden för detta? Vuxen 60 kr, ungdom (under 16 år) 40 kr

Orientering är en fantastisk motionsform för "både knopp och kropp", och så får man en härlig naturupplevelse på köpet. Vi hoppas att du skall trivas som deltagare i vårt arrangemang!

VÄLKOMMEN !