

Järfälla Orienteringsklubb

inbjuder till

Motionsorientering

...som passar perfekt för dig som vill motionera och samtidigt får en härlig upplevelse i skogen med karta i hand. Vi hjälper dig att komma igång. Ta med kompass om du har, annars kan du låna. Välj banlängd och svårighetsgrad som passar dig.

PLATS: Ängsjö friluftsgård.

Infart från gamla Enköpingsvägen vid Stäket.

DAG: 31 augusti

TID: 17-19

BANOR och SVÅRIGHETSGRAD:

2,5 och 5 km Lätt

3 och 5 km Medelsvår

3,5 och 6 km Svår

KOSTAR: Ungdomar 40 sek, vuxna 60 sek. Medlemmar gratis.

ÅKA KOMMUNALT: Se SL's tidtabell för buss 548 från Kallhälls station och Kungsängens station.



VÄLKOMMEN!

motionsorientering.se
jarfallaok.se




SVEASKOG

 O-Ringen