

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: Järfälla OK's klubbstuga Granskog, Järvafältet.
Infart från gamla Enköpingsvägen (skärm hänger där).

TISDAGAR kl. 17-19: 27 april, 4 maj, 18 maj, 25 maj
31 aug, 7 sept, 14 sept, 21 sept

BANOR och SVÅRIGHETSGRAD:

2-2,5 km Nybörjarbana

3,5 km Lätt

3,5 km Medelsvår

6 km Svår

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

ÅKA KOMMUNALT: Buss 542 eller 560 från Jakobsbergs och Kallhälls station. Avstigning hållplats Berghem. Därifrån ca 850 meters promenad.



VÄLKOMMEN!

motionsorientering.se
jarfallaok.se



**SVEASKOG**

**O-Ringen**