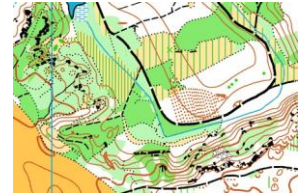




KNDSB afdeling atletiek

Zaterdag 15 juni 2013

Open Dag Oriënteringsloop te Epe (GLD)



Beste sporter(s) en belangstellende(n),


Met grote genoegen delen wij u mee, dat de KNDSB afdeling atletiek en Ton Vlasveld een Open Dag Oriënteringsloop voor Holland Deaf Runners organiseren met support van Dorswedo en DSV de Dommel.

Om 09.30 uur worden de sporters verwacht bij de atletiekvereniging AV Cialfo aan het Wachtelenbergweg 15 te Epe. De route kunt u terug vinden op de website www.avcialfo.nl. Deelname is € 5,- p.p. Contant te betalen bij aankomst. Er zijn twee tolken aanwezig.

Er zijn kleed- en doucheruimtes aanwezig. Thee/koffie/fris e.d. zijn ook aanwezig, wel kunt u de lunch zelf meebrengen.

Aanmelden per mail vóór 1 juni bij: Ton Vlasveld (avlasveld17@gmail.com)
Jeroen Jansen (atletiek@kndsb.nl)

Het programma ziet er als volgt:

10.00 uur	Sporters/belangstellenden welkom heten (Ton)
10.10 uur	Vertellen over oriënteren, Minor etc. (Ton)
10.30 uur	Ol-loop op het atletiekterrein (Frank)
11.00 uur	Werken met kompas, uitleg en oefening geven (Frank)
11.30 uur	Lijnorientatie (weg volgen via op kaart ingetekende lijn) (Frank)
13.00 uur	
13.45 uur	Kaart, kaartsymbolen, postomschrijvingen (Frank en Ton)
14.30 uur	Eenvoudige ol-loop (Frank)
15.30 uur	Napraten/afsluiting (Ton)

**OPEN
DAG**

Met sportgroeten,

Organisatoren Ton Vlasveld en Jeroen Jansen met support van Dorswedo en DSV De Dommel
Namens KNDSB AFD. ATLETIEK

