



PM 13-14 träff Söder Söndagen den 18:e februari 2024

- Samling: [Harbrostugan](#) skyttbrinksvägen 2 Tumba
- Allmänna färdmedel: Pendeltåg till Tumba station därefter ca 1,5km promenad längs Huddingevägen (gång och cykelbana) i riktning mot Tullinge
- Program med cirkatider: 10.00 Samling
10.15 Genomgång teknikträning, keps-OL
11.30 Dusch
12.00 Lunch
13.00 Sociala aktiviteter, kan vara utomhus vid skapligt väder.
- Vi beräknar vara färdiga ca kl 14.30
- Utrustning: Orienteringskläder plus en egen gärna unik keps, kompass, duschsaker och ombyte.
- Keps OL instruktion Keps OL genomförs som en stjärnorientering i par, där paret väljer två kontroller att besöka. Löpare ett springer till kontroll A och lämnar sin keps där. Samtidigt springer löpare två till kontroll B och lämnar sin keps där. När löparna lämnat sina kepsar springer de tillbaka till starten och sedan vidare till den kontrollen där parkamraten lämnat sin keps. Där tar man med sig sin parkamrats keps och återvänder till start. Sedan börjar man om igen.
- Frågor: Johan Eklöv 072-711 93 81
Terese Eklöv 070-899 52 26
- Kostnad: StOF debiterar klubbarna 250 kr/deltagare i efterhand.

Välkomna!