



## FSO:s träningsdag i Karleby 16.1.2021.

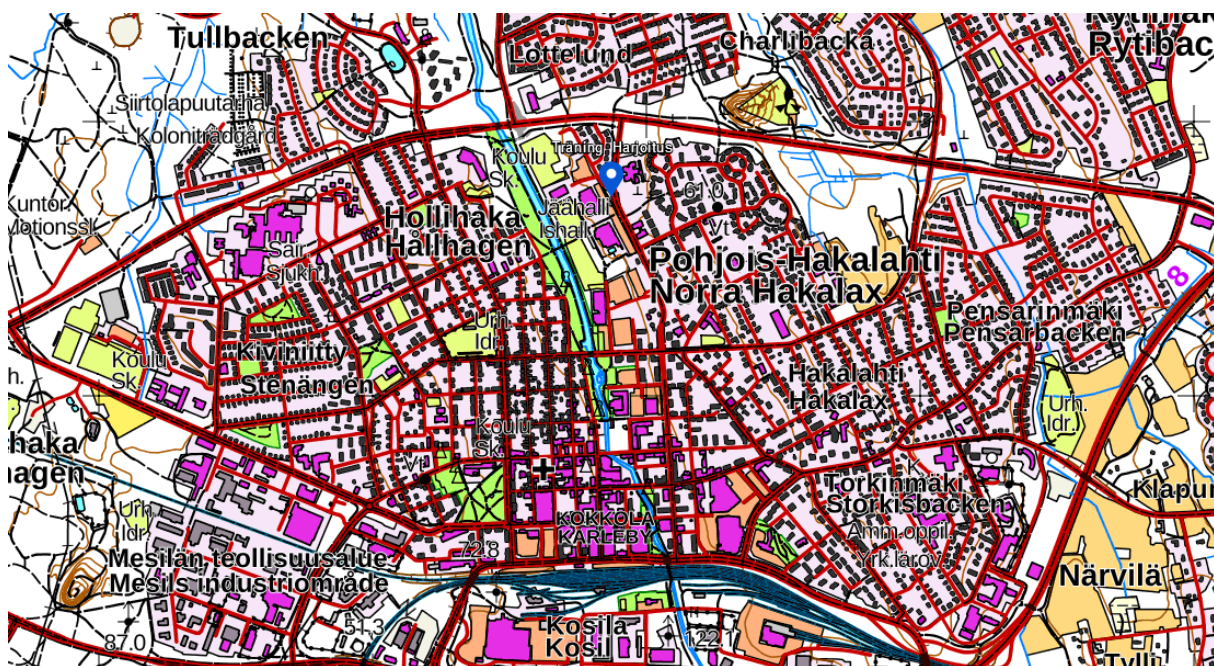
**Tema:** Att upprätthålla orienteringstekniken under vinteruppehållet.

**Deltagaravgift:** 5 euro per träning. Betalas enbart till sektionens konto (kontonr. tryckt på kartorna) eller med E-pass. Inga konditionssedlar och ingen kontant betalning.

**Anmälan:** Senast tisdag 12.1 kl. 24.00. [mans.akerblom@anvianet.fi](mailto:mans.akerblom@anvianet.fi). Namn, förening, Emit nr. Ange vilken bana du vill ha på förmiddagen och om du deltar i minnesorienteringen.

**Förfrågningar:** Måns Åkerblom, [mans.akerblom@anvianet.fi](mailto:mans.akerblom@anvianet.fi), 0401832002.

**Vägvisning:** Karlebygatan 55.



**Köldgräns:** -20 grader.

**Start för förmiddagen:** Kl. 10 – 11. Egenhandsorientering.

**Tema:** Normal orientering i urban miljö med inslag av skog. Emitstämpling på de flesta kontrollerna. Små skärmar 15 x 15 cm.

**Karta:** Sprintorienteringskarta 1:5000, storlek A3. Tag med rätt kartpåse av rätt storlek!

**Banor:** A 5,5 km, B 4,1 km, C 2,3 km. Vid målet finns möjlighet att skriva ut kontrollmellantiderna.

**Banläggare:** Måns Åkerblom.

**Sko- eller utrustningsrekommendation:** Länkskor med dubb.

---

**Lunchpaus:** ABC på Södra leden, simhallens café, Kotipizza på Norra leden, medhavd lunch mm.

---



**Start för eftermiddagen:** Kl. 12.30 - 13.30. Start på samma ställe som förmiddagen.

**Tema:** Minnesorientering på egen hand. 7 olika avstånd med olika svårighetsgrad i urban miljö. Modellkartor vid starten.

**Karta:** Sprintorienteringskarta 1:4000, storlek A4.

**Banor:** Alla avstånd = 4,6 km. Ingen Emitstämpling. Små skärmar 15 x 15 cm. Karta med alla kontrollavstånd kan fås vid målet.

**Banläggare:** Måns Åkerblom.

**Sko- eller utrustningsrekommendation:** Länkskor med dubb.

---

**Övrigt:** Akta trafiken! Inga inneutrymmen. Respektera förbjudna områden och tomter.

**Coronadirektiv:** Båda träningarna genomförs som orientering på egen hand. Vid samlingsplatsen finns handdesi. Undvik köbildning vid start och mål. Håll säkerhetsavstånd (1,5 m).

**VÄLKOMNA!**

GIF orienteringssektionen