



OLG ST. GALLEN APPENZEL



OL-Einsteigerkurs

Mai - Juni 2023

Für alle, die Lust haben

- ✓ sich mit einer Karte in fremder Umgebung sicher zurecht zu finden
- ✓ mit der ganzen Familie oder zusammen mit Freunden Sport zu betreiben
- ✓ und dabei Spass haben möchten

organisiert die OL-Gruppe St.Gallen/Appenzell einen OL-Einsteigerkurs.

Wir laden alle Interessenten jeden Alters ein, Bekanntschaft mit dem Orientierungslauf zu machen. Erfahrene LeiterInnen führen in die Geheimnisse dieser faszinierenden Sportart ein. Dazu gehören abwechslungsreiche Übungen und auch kleine Wettkämpfe im Wald und in städtischen Quartieren.

Zeit/Ort: jeweils Mittwochabend, 18:00 – ca. 19:30

03.05.2023	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
10.05.2023	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
17.05.2023	Sporthalle Kreuzbleiche, Bogenstrasse 10, 9000
24.05.2023	OL Challenge Gais , www.olchallenge.ch
31.05.2023	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
07.06.2023	Riethüsli Schulhaus, Gerhardtstrasse 12, 9012
14.06.2023	Sitterwald Finnenbahn, Gatterstrasse 10, 9010
21.06.2023	St.Georgen, Hebel Schulhaus, Hebelstrasse 21, 9000 Wettkampf mit der OLG anschliessend Grillplausch

Ausrüstung: Schuhe mit gutem Profil; lange Beinkleider
roter, wasserfester Filzstift und Kompass (falls vorhanden)

Kosten: Fr. 20.- Kinder und Jugendliche
Fr. 30.- Erwachsene
Fr. 45.- Familien

Auskunft / Anmeldung: Yanik Schwizer, yanik.schwizer@bluewin.ch, 079/645 52 22