

SNO:s grön – vit torsdagsträning 5 september 2013 i Tveta



Idag är det Slingerbulten i Tveta, som vanligt börjar alla med att anmäla sig till en av ledarna.







Innan samlingen hinner man med spontan lek.





Klockan 18.00 samlas vi i en ring!









Vi går igenom delar av kvällens aktiviteter.



Idag ska vi träna på att gena
med hjälp av en kompass.



Fokus på genomgången och de fyra vädersträcken!



Tänk att en kompass kan
ha så många olika utseenden!





Vi värmer upp till spårcentralen!



Idag är det 23 st. i gruppen!





Innan starten gör vi en repris på kompassen + en kort övning.



Nu är alla redo för Slingerbulten som bjuder på flera utmaningar, vi genar genom både blöta sankmarker, geggiga sankmarker, awerkad skog och höga ormbunkar med ett 😊.



Tyvärr var Anna ute och tog in kontroller när de flesta fikade så hon hann inte med några fikabilder men hörde att soppan var super god, som vanligt 😊

Nästa torsdag är det Ungdoms cup på Torekällberget och då blir det en bana på en sprintkarta, första start är kl. 17.30.

Vi ses

Ett bildspel av

Anna Ek

Södertälje Nykvarn Orientering

Torsdagen den 5 september 2013