



BLI MED I VAREGG

# ORIENTERING!

- En fartsfylt postjakt



· action · tøft · godt miljø  
· reiser · opplevelser

Vi garanterer mye moro sammen med  
en fin gjeng unge og voksne!



Du har kanskje allerede prøvd deg på enkel orientering?  
Hvorfor ikke teste ut hvor god du kan bli i orientering?

Mye å være med på!

Tirsdager:

lokale o-løp, alle nye får kyndig og trygg hjelp

Torsdager:

trening kl 18 med både fartsfylte, lærerike og morsomme o-øvelser





## Turer og nasjonale konkurranser:

- Klubbturet til hytten vår på Kvamskogen, både vinter og sommer
- Treningsleirer til utlandet (vi har vært i Portugal, Spania, Danmark, Sverige)

### Konkurranseturer :

- I hele Norge: nasjonale løp, junior-cup, Blodslitet(Fredrikstad), O-Festivalen
- Internasjonale konkurranser i hele Europa
- Internasjonale stafetter for de erfarne:  
verdens største stafetter Jukola/Venla (Finland), Tio-Mila (Sverige)

### Ferieturer:

Vi reiser hvert år mange familier til såkalte "sommerløp" og særlig Frankrike, Italia, Kroatia er populære steder å både å feriere og løpe o-løp. Dette er meget populære turer for de familiene som blir bitt av o-basillen.

Vi har meget gode støtteordninger så det er billig å være med på turer og leirer

## Visste du?

- at Varegg har flere Norgesmestre i orientering?
- at Vareggløpere har deltatt i VM både for junior og senior?
- at vi drar på mange kjekke turer hvert år?
- at det er veldig lurt å kunne orientering når dere skal på tur i fjellet?



**Utstyr:**  
treningsdrakt og joggesko

## Høres dette kjekt ut?

Ta kontakt med våre to ivrige rekruttrenere:

REKRUTTRENERE (8-12 ÅR)

Ingvild Paulsen Vie

Mob: 93242278

E-post: [ingvildvie@gmail.com](mailto:ingvildvie@gmail.com)

Ingunn Martinsen

Mob: 90091646

E-post: [ingunn.martinsen@gmail.com](mailto:ingunn.martinsen@gmail.com)

[www.varegg.no](http://www.varegg.no)



varegg orientering

