



Hedrum Orienteringslag

Orienteringsklubben med glimt i øyet

www.hedrumolag.no



Vi trives med orientering i Hedrum O-lag

Orientering er verdens fineste sport! Det mener i alle fall vi som er med selv. Naturen er idrettsbanen vår og kart og kompass er det vi trenger av utstyr. Arenaen for løpene er ofte en park, skolegård eller idrettsplass i nærheten av skogen. Mange fine naturopplevelser garanteres slik at hele familien blir glad og trygg i naturen.

Orientering er kanskje den ideelle familiesporten. Mens mange andre idretter ofte sender familiemedlemmene til hver sin arena, samles o-familien på samme sted. Her finnes ikke bare aldersbestemte klasser, men også ferdighetsnivåer. Dette betyr at det finnes et løypetilbud for alle uansett nivå.

Er du en **mosjonist** så vil du helt sikkert trives med å få mosjon samtidig som du må bruke hodet for å finne frem. Er du **en som satser** og liker **action** vil du helt sikkert like "Off Road Running" i høyt tempo i konkurranse med godt trenede konkurrenter.

HEDRUM O-LAG er en spesialklubb for orientering med ca. 150 medlemmer. Dette er en fin blanding av aktive og støttemedlemmer. I Hedrum O-lag er begge medlemstyper viktige slik at vi får et mangfold - noe som igjen bidrar til at det blir et godt miljø i klubben. Selv om vi er mange medlemmer, ønsker vi flere i klubben vår. Det er alltid gøy når vi reiser en hel gjeng sammen på o-løp.

Fra tidlig om våren til sent på høsten møtes vi til konkurranser i helgene og på tirsdager. Dette arrangeres stort sett i Vestfold fylke, men noen reiser også til løp i utlandet. Ett av verdens største idrettsarrangementer er O-ringen (www.oringen.se) i Sverige som ofte samler over 15.000 o-løpere hver dag en hel uke. Vi har også fellestreninger hele året samt at vi kan friste med bading i svømmehall hele vinteren på Hedrum Ungdomsskole.

Ellers legger vi stor vekt på det sosiale og arrangerer klubbkvelder, fester, fellesturer osv. Vinterturen til Solstua på Lifjell, årsfesten, Danmarksturen og Lågendalsmarkedet er fire meget populære og miljøskapende tiltak. Det koster heller ikke mye å være medlem hos oss da ett års medlemskap koster følgende: 0-4 år: 0,- / 5-11 år: 150,- / 12-19 år: 200,- / 20 år og eldre: 250,- / Familie: 500,- / Støttemedlem: 100,-

Vil du bli nærmere kjent med **HEDRUM O-LAG** finner du kontaktinformasjon nederst på siden. Vi forteller mer enn gjerne mer om oss og orienteringssporten.

En sportslig O-hilsen fra alle oss i Hedrum O-lag



Leder:
Hjemmeside:
E-post:

Roger Lysnes
<http://www.hedrumolag.no>
post@hedrumolag.no

Tlf: 91522964