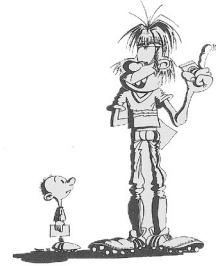




# OLG ST.GALLEN APPENZEL



## OL-Einsteigerkurs

### April - Juni 2019

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 im Frühjahr 2019 einen OL-Einsteigerkurs.

Wir laden alle Interessenten jeden Alters ein, nach den Frühlingsferien 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.

**Wann:** jeweils Mittwochabend, 18:00-20:00 Uhr

**Auskunft:** Erich Brauchli, erich.brauchli@gaiserwald.net, 071 277 73 66

**Anmeldung:** erwünscht bis **Montag, 22. April** an obige E-Mail-Adresse oder Telefon

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

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

#### Wann und Wo:

Mittwoch 24. April	Turnhalle Gerhardtstrasse, Riethüsli
Mittwoch 01. Mai	
Mittwoch 08. Mai	
Mittwoch 15. Mai	
Mittwoch 22. Mai	Turnhalle Hebel, St.Georgen
Mittwoch 29. Mai	
Mittwoch 05. Juni	
Mittwoch 12. Juni	gemeinsame Teilnahme am Rheintaler OL-Cup in <b>Berneck</b>
Mittwoch 19. Juni	Turnhalle Hebel, St.Georgen, <b>Abschluss-OL, anschliessend Bräteln</b>

