



# OLG ST.GALEN APPENZEL



## OL-Einsteigerkurs

### April - Juni 2020

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 2020 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, 20. 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	22. April	
Mittwoch	29. April	Turnhalle Gerhardtstrasse, Riethüsli
Mittwoch	06. Mai	
Mittwoch	13. Mai	
Mittwoch	27. Mai	Turnhalle Hebel, St.Georgen
Mittwoch	03. Juni	gemeinsame Teilnahme am Rheintaler OL-Cup in <b>Widnau</b>
Mittwoch	10. Juni	Turnhalle Hebel, St.Georgen
Mittwoch	17. Juni	
Mittwoch	24. Juni	gemeinsame Teilnahme am Rheintaler OL-Cup in <b>Montlingen</b>
Mittwoch	01. Juli	Turnhalle Hebel, St.Georgen, <b>Abschluss-OL, anschliessend Bräteln</b>

