

## Hippo-koulu 2019: suunnistuskoulu lapsille, 15 €

OK Raseborg järjestää ala-asteikäisille lapsille suunnistuskoulun. Tavoitteena on oppia suunnistuksen perustaitoja: kartanlukua, maaston havainnointia ja reitinvalintaa.

**Kouluun kuuluu kuusi harjoitusta huhti–toukokuussa 2019 klo 18.00–19.30:**

- 1) ke 17.4. Raasepori, Horsbäck, Wi-Box Horsbäck, Hippo-koulu kokoontuu sisällä Wi-Boxissa
- 2) ke 24.4. Inkoo, Joddböle, opastus tieltä 186 Fagervikin liittymästä
- 3) ke 8.5. Raasepori, Falkgölen, opastus tieltä 52 n. 3,5 km kohti Tenholaa tieltä 25
- 4) ke 15.5. Inkoo, Inkoon pururata, opastus tieltä 51 Inkoon liittymästä
- 5) to 16.5. Raasepori, Västerbyn hiihtokeskus, junioriharjoitukset sekä rastireitti ja tukireitti
- 6) ke 22.5. Raasepori, Västerby storträsk, opastus tieltä 25 Trollbölen liittymästä

**BONUS: sunnuntaina 2.6. kaikille kiinnostuneille kilpailumatka NÅID:n Oravapolkufinaaliin Paraisille** (henkilökohtainen ja viesti), yhteinen bussimatka omakustannehintaan.

**Elokuussa pidetään myös lasten ja nuorten suunnistusharjoitukset ja kesätapaaminen, joihin Hippo-koulun osallistujat ovat tervetulleita mukaan viihtymään yhdessä.**

Metsässä käymme käytännöllisissä urheiluvaatteissa (pitkät housut, paidan hihat kelin mukaan). Kenkien on hyvä sietää likaa, lenkkitosut ovat aluksi hyvät. Kompassia saa lainata.

Seura ei hanki automaattisesti tapaturmavakuutusta osallistujille, mutta neuvoo mielellään, miten sellaisen voi hankkia suunnistusliiton kautta, ellei lapsella ole urheiluun soveltuvaa vakuutusturvaa jo muuten.

Halukkaat voivat osallistua myös muihin harjoituksiin ja kilpailuihin keväällä, kesällä ja syksyllä. Hippo-koulun osallistujat voivat halutessaan liittyä samaan hintaan OK Raseborgin jäseniksi vuodeksi 2019. Junioreille maksetaan jäsenetuina kilpailulisenssi ja osallistumismaksuja.

Metsässä voi aina liikkua kanssamme myös ilman paineita kilpailemisesta. Myös vanhemmat ovat tervetulleita mukaan yhdessä lastensa kanssa löytämään koko perheen luontoliikunnan ilot!

### Ilmoittautuminen Hippo-kouluun ja lisätietoja:

<https://www.okraseborg.fi/fin/juniorit/hippokoulu/>

Voit ilmoittautua myös paikan päällä, mutta järjestelyjen helpottamiseksi haluamme mielellämme tietää etukäteen, paljonko kouluun on tulossa osallistujia. Myös alle kouluikäiset lapset ovat tervetulleita mukaan, mutta tutun aikuisen kanssa.



## Hipposkolan 2019: en orienteringsskola för barn, 15 €

OK Raseborg håller orienteringsskola för barn i lågstadieåldern. Målet är att lära sig orienteringens grunder: att läsa kartan, iakttä terrängen och göra vägval.

**Skolan består av sex träningar i april–maj 2019 kl. 18.00–19.30:**

- 1) **onsdag 17.4 Raseborg, Horsbäck, Wi-Box** i Horsbäck, Hipposkolan träffas inne på Wi-Box
- 2) **onsdag 24.4 Ingå, Joddböle**, vägvisning från väg 186, avtaget till Fagervik
- 3) **onsdag 8.5 Raseborg, Falkgölen**, vägvisning från väg 52, ca. 3,5 km mot Tenala från väg 25
- 4) **onsdag 15.5 Ingå, Ingå spånbana**, vägvisning från väg 51, Ingåavtaget
- 5) **torsdag 16.5 Raseborg, Västerby skidcentrum**, juniorträning med skärmmutt och stödrutt
- 6) **onsdag 22.5 Raseborg, Västerby storträsk**, vägvisning från väg 25, Trollböleavtaget

**BONUS: söndag 2.6 en tävlingsresa för alla intresserade till NÅID:s Ekorrstigsfinal i Pargas** (individuell och stafett), en gemensam bussresa, självkostnadspris.

**Dessutom hålls i augusti en orienteringsträning och sommarträff för barn och unga. Hipposkolans deltagare är välkomna med och umgås tillsammans.**

Till skogen går vi i praktiska idrottskläder (långa byxor, ärmar enligt vädret). Skorna bör inte vara för ömtåliga, men länktossor går bra i början. Kompasser finns att låna.

Föreningen skaffar inte automatiskt olycksfallsförsäkring för deltagarna men ger gärna råd om hur en sådan kan skaffas via orienteringsförbundet om barnet inte redan har försäkring som täcker idrott.

Den som vill kan också delta i träningar och tävlingar under våren, sommaren och hösten. Deltagarna i Hipposkolan kan för samma pris bli medlemmar i OK Raseborg för år 2019 om de vill. I juniorernas medlemskap ingår tävlingslicens och tävlingsavgifter.

Man får också röra på sig i skogen utan att behöva tävla. Föräldrarna får gärna komma och lära sig finna kontroller och glädje i naturen tillsammans med barnen!

**Anmälan till Hipposkolan och mera information:**

<https://www.okraseborg.fi/swe/juniorer/hipposkolan/>

Du kan också anmäla dig på plats, men för att underlätta arrangemangen vill vi gärna veta på förhand ungefär hur många som deltar. Barn under skolåldern är välkomna i sällskap av en vuxen.

