



Førde IL Orientering – nyheitsbrev 1-22

Velkommen til ny o-sesong

Ein ny orienteringssesong står for døra. Oppstart, kick-off, vert onsdag 20. april i Movika. Håper flest mogeleg har høve til å ta turen til Sunnfjord Museum denne ettermiddagen. Her er litt av kva vi kan tilby denne sesongen:

Nærløpsliste / terminliste

DATO	Nr.	STAD	MERKNAD
APRIL			
Ons. 20.	1	Sunnfj. Museum Movika	"Kikk off" Nærløp. O-SKULE!
Ons. 27	2	Soleide	Nærløp. O-SKULE!
MAI			
Ons. 4.	3	Hafstadparken, FIL-huset	Nærløp. O-SKULE!
Fre.6 – søn 8		Langeland - Skihytta	Ungd.samling 13-25 år UNGD.SAMLING
La.7 – søn 8		Langeland - Rødekorshytta	O-troll-leir 8-12 år O-TROLL
Laur. 7	4	Viebøen Barnehage	KM Sprint.
Søn. 8	5	Ulvedalane Holsen	"Sunnfj.orienteringa" Krinsløp.
Ons.11.	6	Ulvedalane, Holsen	Nærløp («nye» løyper etter søndag) O-SKULE!
Ons. 18.	7	Naustdal Helgåsvegen	Nærløp. O-SKULE!
Tors. 26	8	Breimsbygda IL	"Rotekoppen" Krinsløp. FELLES TRANSPORT
JUNI			
Ons. 1.	9	Ytre Gjesdalsdalen, Jølster	Nærløp
Ons. 8.	10	Langeland Høgda Nord	Nærløp, Lagsmeisterskap mellom
Laur. 11.		Markane IL	KM mellom UNGD.S /O-TROLL FELLES TRANSP
Søn. 12.		Markane IL	Krinsløp UNGD.S /O-TROLL FELLES TRANSP
Tors. 16.	11	Byrkjeflot, Kinna	Nærløp NB! Torsdag
17. -19.		Tunhovd IL	"Geilo 3-dagers" O-TROLL
Ons. 22.	12	Djupedalen, flyplassen	Nærløp
Ons. 29.	13	Etterli, Sundsdalen	Nærløp
JULI			
13. -17.		Veten / Emblem	"Fjord-O 2022" UNGD.SAMLING
AUGUST			
6. - 8.		Sandnes IL	Hovudløp
Ons. 10.	14	Kråkenesmarka Nord	Nærløp
Ons. 17.	15	Solheimsdalen	Nærløp, Lagsmeisterskap Lang
20. - 21.		Gneist IL	Vestlandsmesterskapet DM
Ons. 24.	16	Bøyadalen Fjærland	Nærløp FELLES TRANSPORT
Ons. 31.	17	Flatene skule	Nærløp
SEPTEMBER			
Ons. 7.	18	Ramsdalsheia (Aust)	Nærløp
Laur. 17.		Sogndal	Krinsløp UNGD.SAMLING /O-TROLL
Søn.18.		Sogndal	Krinsløp + KM lang UNGD.SAMLING /O-TROLL
Ons. 14.	19	Slåtten skule	Nærløp sprint
Ons. 21.	20	Førde Ungdomsskule	Nærløp, lagsmeisterskap sprint
Fred. 30	1	Vassenden, Gjesdalsdalen	KM natt-orientering
OKTOBER			
Laur. 1.		Naustdal	"Haustbløyta", krinsløp
Ons. 5.	2	Byrkjeflot, Kinna	Nærløp Natt
Ons. 12.	3	Langeland Skisenter	Nærløp Natt
Ons. 19.	4	Blomlia	Nærløp Natt
Ons. 26.	5	Langeland, Høgda Vest	Nærløp Natt / Lagsmeisterskap Natt
NOVEMBER			
ONS. 2.	6	Hafstadparken, FIL-huset	Nærløp Natt
DESEMBER			
Man. 26.			"Romjulsløpet" 2. juledag

Nærløpa har start kl 18.00 på onsdagar, i perioden april – november. Løpa blir annonsert på facebook og nettsida. Felles for alle er at dei har start frå kl 18.00 – dei fleste på onsdagar.

På nærløpa kan du velje løyper og opplegg etter alder og erfaring:

- N-løype på ca 1,5 km for nybyrjarar.
- C-løype på ca 2,5 km for litt vidarekomne.
- A-løyper på ca 3 og 5 km for erfarne.

I år kan vi igjen tilby bollar/frukt og saft/vatn ved målgang.
Rakettløypa vil også vere tilbake.

Påmelding: Du melder deg på orienteringsløp på nettstaden; eventor.orientering.no
Dette lettar arbeidet vårt mykje.

Startkontingent: Vi oppfordrar til å kjøpe sesongkort som gjeld for alle nærløpa i 2022. Dette er både økonomisk og vi sparar alle tid ved løpsstart. I år ønsker vi å sende ut faktura på årskorta, gje beskjed til leiar Knut Even Hole; knuteh@hotmail.com

PS! Det vil framleis vere mogeleg å melde seg på ved frammøte, og har ein ikkje årskort legg vi opp til at ein kan betale med Vips på enkeltløpa på løpsdagen.

Startkontingent 2022	Barn tom 17 år	Vaksne
Enkeltløp	40 kr	60 kr
Brikkeleige	Gratis	40 kr
Sesongkort	200 kr	500 kr

Stemplingsbrikke (Emit) vert brukt for både tidtaking og til å kontrollere at løparen har vore på rett post. Om ein ikkje har eiga brikke kan ein låne/leige på nærløpa.

Ønsker du å kjøpe brikke, send ein epost til: knuteh@hotmail.com

FIL Orientering vil også gjerne at du representerer Førde IL på krins- og nasjonale o-løp.

Startkontingenten for barn og ungdom under 18 år, samt studentar under 23 år vert då dekkja av FIL Orientering, om ein er registrert som medlem i Førde IL.

Premiering: Førde IL Orientering premierer løparar som er med på mange løp. I år er det 20 løp som er teljande i samanlagtoversikten; det er alle nærløpa + krinsløp i Førde 7. og 8. mai + Rotekoppen 26. mai. For dei som er 16 år og yngre: 10 løp eller fleire; stor pokal. 7-9 løp; medium pokal. 4-6 løp; liten pokal. NB! På krinsløp er det premiering til alle under 16 år. For løparar over 16 år: Deltaking på 12 løp eller fleire vert premiært.

Felles transport: Klubben har som mål å gjere det enklare å reise på krinsløp saman. Vi legg opp til felles transport i minibuss på nokre arrangement i år. Vi har plukka ut Rotekoppen på Breim, KM i Markane og til løpet i Fjærland ved Bøyabreen.

Minner også om at medlemmer i Førde IL får rabatt om dei handlar på Sport1.

O-skulen for barn, ungdom og vaksne – start 20. april

Ny i orientering? Då kan o-skulen vere til god hjelp – for her vil alle, uansett nivå, lære det grunnleggjande i sporten. Oppstart onsdag 20. april i Movika kl 17.15.

O-skulen held fram onsdagane fram til og med 18. mai

og vil kvar gong føregå i tidsrommet kl 17.15-18.00.

Påmelding innan måndag 18. april.

Les meir om o-skulen her:

<https://orientering.fordeidrettslag.no/blog/post/184779/o-skulen---ny-pameldingsfrist!>

O-skulen



Nye klubbdrakter



Førde IL Orientering skal denne sesongen kjøpe nye orienteringsdrakter (utsolgt for dei gamle).

Rett storleik: Vi har med type drakter til kick-off i Movika onsdag 20. april, slik at ein kan prøve og finne rett storleik.

Vi håper at flest mogeleg vil nytte høve til å bestille seg nye drakter. Litt kjekt at vi som klubb kan framstå samla utad. På den måten vil også våre nye sponsorarar komme til sin rett, og klubben sine medlemmer er med å synleggjer dei som er med og støttar oss.

Sterkt rabatterte/sponsa prisar:

Barn og ungdom til og med 19 år: Kr 400,- for løpstrøye, løpsbukse og overtrekksjakke.

Vaksne over 20 år: Kr 600,- for løpstrøye og overtrekksjakke.

Siste frist for bestilling vert torsdag 21. april. Les meir om tilbodet og korleis ein bestiller her:

<https://orientering.fordeidrettslag.no/blog/post/185021/bestill-ny-o-drakt---siste-frist-21.4.>

Turorientering – dra på tur når det passar deg:

Turorientering (Tur-O) er ein flott mosjonsform. Fine naturopplevingar saman med fysisk aktivitet og litt hjernetrim er ein fantastisk kombinasjon! Aktiviteten har ikkje tidtaking, er utan fastsett start og mål, og utan faste tur dagar. Du kan springe aleine eller gå saman med heile familien. Nokre av turane er tilrettelagt for rørslehemma. Også i år vert det satt opp både enkle turar (grøne turar) og turar som er litt meir krevande (blå, raud og svart tur). Nokre av turane vil ha utgangspunkt ut frå skulane. T.d. vil det vere opplegg frå Slåtten skule, Sunde skule og i Hafstadparken. Desse turane er snart klare til bruk.

Turane skaffar du deg slik:

- Kjøpe og laste ned kart frå nettet på turorientering.no
- Kjøpe Tur-O-konvolutt med kart hos Intersport Erdal Sport i Førde.

Nokre av turane er i år gratis, og kart og instruksjonar for desse vert det også mogleg å få tak i om du kjem på dei første nærløpa denne sesongen!

Orientering – for heile familien

Orienteringsleirar for barn og ungdom

Sogn og Fjordane Orienteringskrins legg opp til fleire o-troll-leirar og ungdomsleirar i løpet av sesongen. Førde IL Orientering er medarrangør første helga i mai:

Då vert det **O-troll-leir** på Langeland, Rødekorshytta for aldersgruppa 8-12 år, 7. og 8. mai. Treng ikkje ha nokon erfaring frå orientering frå før. Bli kjent. O-leik. Mat. Overnatting.

Same helga – med start fredag - vert det **Ungdomssamling for aldersgruppa 13-25 år** på Langeland, skihytta.

Meir informasjon finn du her:

<https://orientering.fordeidrettslag.no/blog/post/185251/o-troll-leir-og-ungdomssamling>

Informasjon

Meir informasjon på nettsida: orientering.fordeidrettslag.no

Følg oss også på Facebook

Har du spørsmål, ta gjerne kontakt::

Knut Even Hole, leiar tlf. 902 01 994 epost: knuteh@hotmail.com

Yngve Årdal, nestleiar tlf. 911 49 805 epost: ardalyngve@gmail.com

Støttespelarar

Styret i o-gruppa har i vår arbeid med å hente inn støttespelarar / sponsorar. At vi har støttespelarar i næringslivet, gjer at vi kan ha større aktivitet. Oppfordrar orienteringsfamilien om å bruke våre sponsorar.

Følgjande har så langt sagt ja til å vere med:

- Specsavers
- Dale Rør
- Bildeler Førde
- Autoservice

