



O-gruppa er ei av mange grupper i Voss IL. Gruppa eig og nyttar O-kart over ymse område i bygda: Bømoen, Prestegardsmoen/Haugamoen, Storåsen, Potten, Lemmesmarki og Hanguren. Ein har også høve til å nytta kart som andre O-lag eig. Frå april til midt i oktober er det stor aktivitet i O-gruppa.

Kva er orientering?

Orientering er å bruka kart og kompass til å planleggja og finna vegen til fots i terreng eller urbant. Orienteringsløp er delt inn i ulike klassar frå nybyrjar til røynde. På Voss legg vi mest vekt på å gi eit tilbod til dei som likar å vere ute, og som synst det er ekstra spanande når O-postar er målet.

O-trening, 12 onsdagar, 1 søndag i april og 1 laurdag i oktober. Utan påmelding, fri start kl. 18-19 på onsdagar, kl. 12-14 søndag 15. april, kl. 12 laurdag 20. oktober. Dei som ynskjer får opplæring på staden.

O-løp, 5 onsdagar. Påmelding, fri start kl 18-19. Tidtaking og resultatliste. **Premie** til alle born t.o.m. 12 år. Fine trekkepremiar for dei mellom 13 - 20 år.

Sesongpremie for born som har delteke på minst 5 løp/arrangement og for vaksne med minst 8 løp.

Vossagamp i august – Eit langdistanseløp for 12 år og eldre. Løyper frå ca. 4 – 11 km. Fellesstart.

Nattløp, her treng du litt røynsle frå løp/trening om dagen og ei god hovudlykt, men ho treng ikkje koste mykje.

Sjå også heimesida og lysingar i "Hordaland".
Treng du skyss? Avtal dette ved påmelding.

Prisar for "enkeltløp":

O-trening: Vaksne kr 30, born t.o.m. 16 år kr 20.

O-løp: Vaksne kr 60, born t.o.m 16 år kr 30.

Leige av EKT kr 20.- pr. gong (gjeld 17 år og eldre).

Spar pengar - betal startavgift for heile sesongen:

Born kr 200, vaksne kr 500, familie kr 800.

Konto 3480 11 86892, kontant på eit løp eller Vipps #104698 Voss Idrettslag Orientering.

Medlemspengar til Voss IL kjem i tillegg og desse dekker medlemskap i alle grupper i Voss IL.

O-gruppa dekker startavgift for medlemmer som deltek på ranking- og kretsløp (+ sommarløp t.o.m. 20 år).

Orientering – er for alle!

O-løpa har klassar og løyper for alle aldersgrupper og nivå og er opne for alle som har lyst å prøva orientering. Lettaste løype er **nybyrjarløypa** på ca. 1 – 2 km i luftlinje. Løypa skal ha greie leielinjer. **Kortløypa** er ca. 2 km, og høver for røynde born og unge og vaksne ny-byrjarar. **Mellomløypa (B-nivå)** er ca. 3 km og **langløypa (A-nivå)** ca. 4 km.

På O-trening er det gjerne færre løyper. Løypene er nye for kvar gong, likeeins kart og frammetestad.

På sprintløp er det kortare løyper.

Tur-orientering.

Me kan tilby Nær-Trim og «vanleg»

Tur-O - der du kjøper ein konvolutt med kart og info.

Du kan også kjøpa «turar» på nett www.turorientering.no

Postane skal vera lette å finna og er i år fordelt på karta Storåsen, Bulko, Jonsstølen (Raundalen) og Bømoen.

Nær-Trim er i Bømoen og du finn dei 30 postane tett i tett langs løyper og stiar.

Tur-O konvoluttar med kart og kontrollkort får du kjøpt frå hjå Endeve Sport i Vangsgt, Sport1 Amfi og på

Turistkontoret i Uttrågata. Nettversjonen er tilgjengeleg ei veke før. Nær-Trim får du også kjøpt hjå Nærbutikken

Haugamoen mat og Voss Resort.
Meir info på www.turorientering.no

Nær-Trim og "vanleg" Tur-O kan "klippast" på internett: www.turorientering.no/voss

Utstyr

Orientering på nybyrjarnivå krev lite utstyr: Stødige sko, ei lett, lang bukse og ein overdel. Kompass er lurt å ha.

Delteke du ofte på løp, kan det vera greitt med eiga tidtakarbrikke og gjerne ei O-drakt, som er lett, trekk til seg lite vatn og tørkar fort. Tidtakarbrikke og O-drakt kan du kjøpe

hjá O-gruppa. O-sko og leggbeskyttarar kan ein kjøpe på nett, på større løp eller ta kontakt med nokon i gruppa.



Voss Idrettslag

Eit utval tillitsvalde i O-gruppa sesongen 2018:

Leiar: Tone Handegård, 416 06 412

E-post: tonhan67@gmail.com

Nestleiar: Jan Frode Seim, 917 17 230

E-post: jan.seim@skule.voss.no

Kasserar: Ann Merete Handegård, 915 76 079

E-post: annmeretehandegard@gmail.com

Skrivar: Bernt Heggøy, 930 16 574

E-post: b-heggoe@online.no

Ungdomsrepr: Lars Andreas Een, 919 91 211

E-post: lars.andreas.een@gmail.com

Kart/løyper: Knut Skiple, 917 10 594

E-post: knut@skiple.net

Tidtakarutstyr, vekslepengar, kontorrekvisita: Svein-

Erik Heggnes, 952 07 054

E-post: sveih-h@online.no

Postflagg, posteiningar, bukkar, telt: Garasjen bak fotograf Senderud. Nøkkelboks med kode på utsida.

Tur-O: Kjellaug Grødem, 950 48 021

E-post: kjgroed@online.no

Nær-Trim: Marianne Bakketun, 992 789 36

E-post: marianne@bakketun.net

Noko du lurar på? Ta kontakt!

O-gruppa på nett: <http://orientering.vossil.no/>

E-post til gruppa: ogruppa.voss@gmail.com

O-gruppa på Facebook: Voss IL, Orientering