



Обучение спортивному ориентированию!

1. 24 сентября. парк Царицыно, с 14:00 до 16:00

Для начинающих. Обучение основам ориентирования, ориентирование карты, знакомство с азимутом, простые упражнения . Низкий уровень интенсивности.

2. 25 сентября. Парк Серебряный бор с 12:00 до 14:00

Второй день. Практические упражнения на технику ориентирования, прохождение тренировочной дистанции в группе и самостоятельно, с разъяснениями. Низкий-средний уровень интенсивности.

3. 01 октября. Лесопарк Теплый стан. с 14:00 до 16:00.

Совместное прохождение специальной дистанции в группе с небольшими остановками. Отработка азимута. Подойдет для любителей ориентирования. Средний уровень интенсивности. В этой группе набирается до 12 человек.

Ведущий: Чистяков Станислав. Заявка и доп. информация по месту встречи по почте: stason2288@ya.ru, тел: 8(916)591-88-69

Оплата участия: 700 р за два дня, 350 р- один день.
Оплата за день до начала занятий на карту Сбербанка.

С собой брать спортивную форму как на тренировку+разминочную куртку(упражнения будут разной интенсивности) а также компас не проще 11 модели(2,3,8,9,11 модель). Компас можно будет взять на занятии.

До встречи на занятиях!