

Individuālās orientēšanās apmācības pieaugušajiem

**Individuālās
Orientēšanās apmācības**

OK Meridiāns piedāvā

Maznozīmīgi	Fiziskā sagatavotība	Laikapstākļi
	Ģeogrāfiskās zināšanas	Vecums
	Topogrāfiskās iemaņas	Dzimums
Vēlams	Ērti apavi	Jautrs noskaņojums
	Ērts sporta tērps	Brīvs brīdis - stundas garumā
Obligāts	Ieinteresētība	Zinātkāre
	Gribasspēks	Vēlme

KO TU IEGŪSI?

Patstāvību	Uzlabotu Veselību	Draugus
Atpūtu svaigā gaisā	Spēku	Iespaidus

KONTAKTPERSONA : KASPARS RADZIŅŠ, TEL. 29360039

OK "Meridiāns" aicina uz individuālajām apmācībām pieaugušos. Trenera pavadībā veic vienkāršu distanci jebkurās Meridiāna sacensībās. Saņem Trenera skaidrojumus par orientēšanos, veicamo distanci, karti, kompasu un tā lietošanu, kā arī konsultāciju par orientēšanās pamatprincipiem. Trenera pavadībā veic vienkāršu distanci jebkurās Meridiāna sacensībās. Saņem Trenera skaidrojumus par orientēšanos, veicamo distanci, karti, kompasu un tā lietošanu, kā arī konsultāciju par orientēšanās pamatprincipiem.

- Nodarbības ilgums: aptuveni 1 - 1,5 stundas.
- Pietiekšanās pa telefonu 29360039 Kaspars Radziņš, vai arī uz vietas kādā no OK

"Meridiāns" posmiem piesakoties uz nākamo kārtu.

- Maksa: 10 EUR (maksā iekļauta orientēšanās karte, Emit kartes un kompasa noma un Trenera pakalpojumi)

Pilna informācija: www.meridians.lv<http://www.meridians.lv>