

## Verksamhetsidé OK Vilse 87

Den verksamhet som bedrivs i OK Vilse 87 syftar till att genom orienteringssporten ha roligt, att utvecklas och må bra genom hela livet. OK Vilse 87 är en förening för alla att trivas i.

Vår verksamhet bygger på tre huvudsakliga områden:

1. Vi utbildar nya orienterare
2. Vi motionerar, tränar och tävlar
3. Vi arrangerar tävlingar och andra aktiviteter

### Bra med orientering – för kropp och själ

Allmänbildande – bra att kunna läsa karta och ta sig fram

Motion – allsidig effektiv träning för kroppen (balans, koordination, tuff löpning i alla väder)

Problemlösning – stimulerar din knopp att tänka och fatta beslut

Avslappning och andrum - du glömmer t o m att du motionerar

Ute i skog och mark – nya arenor ger omväxlande naturupplevelser och en känsla för naturen

### För ALLA på lika villkor

Alla åldrar – du kan vara aktiv orienterare hela livet (Inskolningsklass 3-4 år -> 95+)

Kvinnor och män – all verksamhet är jämlik

Olika kunskapsnivå – världselit, van motionär, nybörjare, barn på en och samma tävling

Hela familjen – kan vara med på sina egna villkor, bra tillfälle att träffas och umgås

Enkelt – det enda du behöver för att vara med är träningskläder, kompass kan du till en början låna

### Utvecklande

Social träning – umgås med alla, träna, tävla, var funktionär eller ledare

Organisera – planera, packa, ligga steget före, ledarskap ibland i stora arrangemang

Modig – det är ju en individuellt sport... men i en väldigt trevlig gemenskap

Tuff utmaning – för den som vill!

Välkommen att  
prova du också!

[www.okvilse87.se](http://www.okvilse87.se)

