

## Bedriftsorientering

Har du som er ansatt i Ringsaker kommune et ønske om å komme deg ut og røre litt på deg av og til? Da kan orientering anbefales!

Ringsaker kommune har eget bedriftsidrettslag der orientering er en undergruppe. Det er ca. 20 ansatte og pensjonister som er medlemmer, samt noen andre - det er plass til mange flere medlemmer.

Hver tirsdag fra slutten av april til slutten av september er det o-løp med start fra kl.17.45. I alt er det 20 løp i sesongen. Løpene foregår i området Elverum – Moelv. Deltagerantallet er vanligvis mellom 120 og 200.

Det som er fint med dette er at alle kan velge løypelengde/ og vanskelighetsgrad og tempo som passer den enkelte.

Løypelengdene er 1,5 km - 2,5 km – 3 km – 4 km og 5 km. Den korteste løypa har de postene som er lettest å finne.

Du kan også velge om du vil delta på noen få løp, eller få med deg alle 20 løpene. De som har flere enn 5 løp får 3. premie, de som har over 10 får 2. premie og de med mer enn 15 får 1. premie.

Nei, jeg kan ikke noe om orientering, sier du? Da kan vi hjelpe deg med litt instruksjon – det er ikke vanskelig å bli mosjons o-løper. Du er velkommen til o-gruppen!  
Sesongen starter i Storihlehagan tirsdag 21. april.

### [Terminlista](#)

Har du spørsmål?

Vi kan svare:

Ringsaker kommunes bedriftsidrettslag – o-gruppen

Arnfinn Nordhagen  
oppmann  
tlf 93628622

Arne Røste  
kasserer  
tlf 99712578

Arnfinn Houmb  
sekretær  
.....



*Fra start i løpet som RK BIL o-gruppen arrangert i 2008*