

Aktiviteter Tormestorps IF april och maj 2025

Orienteringsaktiviteter



För vem:

Orientering är en sport där alla kan delta på sin nivå och efter sin förmåga.

Du tränar kropp och utmanar huvudet samtidigt som du vistas i naturen under trevliga former. Många familjer fastnar för sporten just för att alla kan delta och man kan vara nybörjare i sporten även som vuxen. Du väljer själv om du vill springa dig trött och svettig eller göra banan i promenadtempo.

Klädsel:

Klä dig för rörelse i naturen, exempelvis gymnastikskor och träningsoverall.

Nybörjar och repetitionsutbildning:

När:

Söndagar 6/4 - 25/5 kl 15.00-16.30

förutom Påskdagen

Plats:

Tormestorps IF klubbstuga, Kronovägen, Tormestorp

Anmälan:

För att vi ska kunna förbereda och anpassa utbildningen önskar vi att du anmäla dig till Ewa Persson 0705 859 655 eller ewa.tormestorp@gmail.com inför ditt första tillfälle.



Orienteringsträning i Göingekretsen

OL-klubbarna i Hässleholms kommun turas om att arrangera gemensam träning **onsdagar med start ca 17:30**

För vem:

Nya och gamla medlemmar i alla åldrar och kunskapsnivåer ges möjlighet att träna i varierande terräng

När och var:

2025-04-02 Hässleholms OK

2025-04-16 Tormestorps IF

2025-05-07 Hästveda OK

2025-05-21 Tyringe OK

2025-06-04 OK Torfinn

Inbjudan med vägvisning läggs ut på Tormestorps IF hemsida senast helgen före varje träningstillfälle

Frågor och samåkning: Ewa Persson 0705 859 655

Tävlingar:

I orienteringssporten är tävlingar ett roligt sätt att få träna på nya platser och komma ut till andra fina miljöer i ett trevligt sammanhang. Det finns orienteringsbanor för alla tränings- och kunskapsnivåer. Du hittar länk [tävlingskalendern](#) på TIFs hemsida

Intervallträning

För vem:

Alla kan vara med oavsett prestationsförmåga, någon har gått, någon har lunkat lite lagom och någon hade bra fart på fötterna, det viktiga är att vi har roligt och träffas i löpspåret.

Var:

Samling TIFhuset

När:

Varannan torsdag kl 18.00

Planerade tillfällen:

3/4 par-intervaller på slingan.

24/4

10/4

24/4



Valborg firas enligt tradition 30/4

Välkomna till



Tormestorps IF's
VALBORGSFIRANDE
vid TIF-huset kl 19

Körsång
Fackeltåg
Valborgsbrasa

Passa på att umgås & ta en fika

Välkomna!
Tormestorps IF

