

# KLUBBSTUGAN

Vår klubbstugan finns på Furufjäll, adress Furufjäll 301, där den orangea Naturstigen startar. Här har vi mötesrum samt omklädningsrum med dusch och bastu för damer och herrar.

Stugan är ofta utgångspunkt för våra träningar i orienteering.



## BLI MEDLEM

Vi välkomnar både enskilda och familjer. Orienteering är ofta en sport som engagerar hela familjen.

Medlemsavgifterna i klubben är:

aktiv vuxen: 350 kr/år

stödmedlem: 100 kr/år

ungdom t o m 20 år: 200 kr/år

familj: 700 kr/år

(ungdomar t o m 20 år ingår)



Info om info för betalning av Medlemsavgiften finns på hemsidan.



# STENUNGSUNDS OK

**Orientering, löpning,  
skidåkning  
Ett aktivt liv helt enkelt**



Instagram: @StenungsundsOK

Facebook: @StenungsundsOK •

Web: <http://www.stenungsundsok.se>

Mejl: [info@stenungsundsok.se](mailto:info@stenungsundsok.se)

## ORIENTERING



Huvuddelen av våra medlemmar ägnar sig åt orientering i någon form. Idag finns det många olika sätt att orientera på olika nivåer. Förutom den klassiska skogsorienteringen med längre banor finns det korta sprintbanor gärna i stadsmiljö.



Året runt träffas vi på torsdagar för att träna tillsammans. Ibland är det löpträning men oftast med någon form av orientering. Det finns grupper och övningar för alla. Nybörjare, både unga som gamla, är alltid välkomna.

## LÖPNING

Klubben är ansluten till Friidrottsförbundet vilket gör det möjligt för alla klubbmedlemmar att tävla i klubbens namn.



## ORIENTERINGSTÄVLINGAR

Tävlingar är centralt för många orienterare. Åldersklasser är (D/H10-D/H100) samt att öppna klasser på alla svårighetsnivåer.

Under helgerna på våren och hösten finns det många tävlingar att åka till i Bohuslän-Dal, Skaraborg och runt Göteborg.

Stenungsunds OK brukar arrangera en större öppen tävling varje år. Den samlar ett stort antal orienterare och är ett kul arrangemang att hjälpa till med.



Orientering skapas av oss orienterare för andra orienterare.

## SKIDÅKNING

Vi har en skidsektion som har haft varierande aktivitet genom åren. Vi har några aktiva skidåkare i klubben som tävlar i Vasaloppet och Marcialonga för att nämna några tävlingar. Men bland medlemmarna är vi fler som njuter av skidor när snö finnes.

