



**ONSDAG den 21. august 2019**



OK ØST Birkerød, [www.okoest.dk](http://www.okoest.dk)

## I Bistrup Hegn

Orienteringsklubben ØST Birkerød inviterer til Orienteringsløb for børn og unge i alle aldre samt deres forældre.

Ingen tilmelding på forhånd, mød blot op til løbene og få en god tur i skoven.

Mødested: Præstevangen i Birkerød. GPS 55.834668, 12.435923. Fra Præstevangen følges rød/hvid plastikstrimler til stævnepladsen, ca. 100 m.

Starttid: mellem kl. 16.30 og 17.45

Pris: kr. 25/kort

Skovuppen afholdes forår og efterår i forskellige skove i Nordsjælland og arrangeres af Orienteringsklubber i området. Det er sjovt og let at finde posterne i skoven, og bagefter hygger både børn og forældre sig i målområdet med lidt at drikke og spise. Her er der også mulighed for at prøve en såkaldt Sprintbane – omkring 100 m – hvor der kan konkurreres på tid



<https://www.facebook.com/skovcup/>