

# Full fart for unge o-løpere

Av Stein Turtumøygard

*- Orientering er kjempegøy, ler Magnus Endresen og Alma Wergeland. De puster hardt etter en spurtrunde ved Bjørnemyr skole på Nesodden. -Vi har meldt oss på fordi vi har lyst til å finne poster, forteller de to o-rekruttene.*



Skogen ved Bjørnemyr skole var full av poster og raske barn da o-gruppa på Nesodden arrangerte grunnkurs i orientering sist onsdag. -Vi har invitert alle barn og unge som har lyst til å lære orientering, forteller Kjersti Holt Hanssen. Hun er instruktør og ansvarlig for grunnkurset.

## *O-teknisk trening og stor fart*

-På kurset lærer barna om karttegn og ledelinjer, forklarer Audun Bjerknes. -Alle må øve på å snu kartet riktig vei og følge med på hvor de løper. Og så får de løpe en enkel o-løype i nærheten av skolen, forklarer Audun. -Det går i lynende fart, gjennom kratt og myrer. -Jeg hoppet ned et stup, sier Falk. -Vi fikk et skrubbsår, roper Sanne og Christian. -Og jeg ble søkkvåt i skoene, ler Lilja fornøyd. -For o-løpere er jo litt tøffe, forklarer Audun. -Og mange av de unge er blitt riktig flinke allerede.

## *Både små og store*

-Vi har over tretti nye deltakere på grunnkurset, og det synes vi er kjempegøy, forteller Kjersti Holt Hanssen fornøyd. -Kurset går over tre onsdager. Deretter fortsetter vi med o-karusell ved Jegerhytta på onsdager, og det er bare å møte frem.

I tillegg til grunnkurset har Måren OK en ungdomsgruppe som trener hver uke. -Disse har vi trent med ganske lenge, forklarer Audun Bjerknes. Sammen med Tove Strand, Per Hermann Krøger og Nils-Jørgen Moen er han på vei til skogs med ungdomsgruppa. -Disse o-ungdommene har deltatt i mange orienteringsløp og er veldig gode til å orientere, forklarer Audun. -Så i dag skal de få noen skikkelig vanskelige poster oppe på Tomåsan, gliser han og forsvinner bak trærne.