

Kristiansand OK presenterer

MINITASSEN 2018



Minitassen/Råtassen vintertrening

- Oktober – April
- Tirsdager kl. 1800-1900 ute, oppmøte på Presteheia skole
- Mulighet for innetrening fra 1900-1930
- Lekpreget. Løp/lek i mørket i skogen i nærområdet
- Viktig utstyr
 - Gode løpesko
 - **Hodelykt**
 - Refleksvest
 - Klær etter vær

Informasjon

- www.kok.no/ratass
- KOK Råtassen facebook gruppe
- KOK Minitassen facebook gruppe
- Kristiansand Orienteringsklubb facebook side
- Klubbens nyhetsbrev

Abbonere på klubbens nyhetsbrev

The screenshot shows the website <http://www.kok.no/> with a browser window. The page features several sections:

- UTLEIE AV KLUBBHUSET**: A section with a photo of a building.
- KOK Doma kartarkiv**: A list of links including Medlemssider, Terminliste/Resultater, VAOK, and Midt-Agder Friluftsråd.
- KOK nyhetsbrev**: A sign-up form for the newsletter, circled in red. It includes fields for "Navn" and "E-post", and a "Meld deg på" button.
- O-festivalen 2018 - på tide å melde seg på**: An announcement for the festival, dated 11. april 2018. It features a logo with "NORSK O FESTIV" and a red arrow pointing to the "Meld deg på" button in the newsletter form.
- Finns fram-dagen flyttes til 22. april!**: A notice dated 06. april 2018.
- Kontakt:**: Contact information for Kristiansand O-klubb, including address, phone number, and email.

Utstyr

- Joggesko
- Klær etter vær
- Kompass/Emit (elektronisk brikke) lånes
- Klubbteøy bestilles ca. 2 ganger i året
- Til vinteren:
 - Piggsko
 - Hodelykt
- Vi har også egne Råtassen luer! (kr. 100)



Rekruttpakke



Rekruttpakke 1	Rekruttpakke 2
6 Nor Spectra	Beginner
Emit brikke i friske farger	
O-skjerm i 6 * 6 cm	
Pakket i praktisk Silva eske	
Koster kr 500	Koster kr 325
Veil pris kr 1.255	Veil pris kr 885



Fås med på trening, klubben sender regning.

Annet

- Klubbkvelder – ca. 1 gang i måneden i vinterhalvåret på klubbhuset etter trening.
- Dugnad – ingen faste dugnader
 - Klubbkveld desember
 - Fisherman Strongman Run august
- Orienteringsløp – klubben dekker påmeldingsavgift for medlemmer opp til 12 år.
Registrering på Eventor

Datoer

- Overnatting på klubbhuset 16-17 november
- Klubbkveld 11 desember
- Klubbfest for voksne over 18 år 2 november

Innmelding i KOK

- Mail til kok@kok.no
- Innmeldingsskjema legges ut på Facebook og på www.kok.no/ratass

Familie	kr 2.300.-
Aktive f.o.m. 25 år	kr 1000.-
Ungdom (17-24 år)	kr 800.-
Barn/ungdom (t.o.m. 16 år)	kr 600.-
Nybegynner t.o.m 16 år – første medlemsår (inkl. nybegynnerkurs)	kr 400.-
Støtte	kr 300.-

Huskeliste:

- Tirsdager kl.18, oppmøte på Presteheia Klubbhus
- Klær etter vær – det er ikke værforbehold
- Ta med en drikkeflaske og en frukt å spise etter trening
- Facebook gruppe KOK Råtassen og KOK Minitassen
- Sjekk www.kok.no/ratass
- Kontaktperson: Sandy Hott
 - alexandra.hott@hotmail.com
 - 93218638