



Løb og leg for skovtrolde, børn 6-8 år (0.-1. klasse):

- 45 minutter i skoven med fuld drøn på
- Lege i skoven med løb og bevægelse: Grøfteræs, bankrøverløb, træstamme-snuble-fange-leg, bib-sprint-stafet. Det er super sjovt.
- Introduktion til kort, verdenshjørner og orienteringsløb

**Mødested:** Onsdage kl. 17:15 præcis, ved bålhytten bag Vestre Hus Børnenaturcenter, Mørkebakkevej 1 i Ravnholt Skov. Vi er færdige kl. 18.

**Påklædning:** Lange træningsbukser og løbesko, der kan tåle skov.

Første gang onsdag d. 29. marts 2017.

Det er gratis at deltage.

Ikke alle børn ønsker at være i skoven uden mor eller far, så forældre er velkomne til at deltage/hjælpe til træningen.

Når der er SkovCup ([www.skovcup.dk](http://www.skovcup.dk)), er der ikke skovtrolde-træning.

Mere information på [www.AlleOk.dk](http://www.AlleOk.dk) eller træner Jesper Grooss, tlf 4021 9687.

Dato	Aktivitet	Mødested
Onsdag 29. marts	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Onsdag 5. april	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Onsdag 19. april	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Onsdag 26. april	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Lørdag 29. april	Find vej dag	Vestre Hus
Onsdag 3. maj	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Onsdag 10. maj	Skovcup	Frederiksborg Byskole, Hillerød
Onsdag 17. maj	Skovcup	"Asfaltfabrikken", Grib Skov
Onsdag 24. maj	Skovcup	Skovvang, Allerød
Onsdag 31. maj	Skovcup	Rudegård Stadion, Holte
Søndag 7. juni	Skovcup	Teknikerbyen, Virum
Onsdag 14. juni	Skovtrolde-træning	Vestre Hus
Søndag 17. juni	Skovcup finale	Aggebo-Græsted Hegn
Onsdag 21. juni	Skovtrolde-afslutning	Vestre Hus – mere info følger

