

## TRÄFF 5 – ORANGE NIVÅ

### HÅLLPUNKTER

RÄVEN



#### START - SAMLING

Hälsa välkomna och närvarocheck.

**TID:** 5 min

#### 1. CHECK IN

Samling som kombineras med genomgång av träffen.

**TID:** 5 min



#### 2. KOTTSTAFETT

Springlek som både är pulshöjande och ger styrka.

**TID:** 15 min

#### 3. HÅLLPUNKTER

Kartövning för att förstå hållpunktsorientering.

**TID:** 45 min



#### 4. KARTMINNE

Fartfylld basövning inriktning kartgrepp och passning av karta.

**TID:** 15 min

#### MÅL - CHECK OUT

Återsamling samt summering av dagen.

**TID:** 5 min

