

# Orientering UIN 2013

**Tirsdag 20.august**

Introduksjon orientering inne  
- kartlesingstur ute

**Torsdag 22.august**

Orienteringsløp  
Mørkvedlia Idrettspark  
Nivå N

**Tirsdag 27.august**

Teori o-metoden/o-teknikk- inne  
- øvelser ute/løpsteknikk/løypeorientering

**Torsdag 29.august**

Orienteringsløp UIN-cup løp 1  
Mørkvedlia Idrettspark - sprintorientering

**Tirsdag 3.september**

Teori kompass inne/kart på nett  
- øvelser ute

**Torsdag 5.september**

Orienteringsløp UIN-cup løp 2  
Mørkvedodden - Mørkvedbukta

**Tirsdag 10.september**

Teori løypelegging  
Poengorientering

**Torsdag 12.september**

Orienteringsløp UIN-cup løp 3  
Mørkvedodden - Mørkvedbukta

**Tirsdag 17.september**

Oppsummering - sammendrag - repetisjon  
Mørkvedlia Idrettspark

**Torsdag 19.september**

Universitetsmesterskap orientering UIN-løp 4  
Avslutningsløp  
Bestemorenga