

## Sesongplan Måren OK/NIF vårsesongen 2020



Dag	Dato	Aktivitet	Sted	Arrangør
Onsdag	04.mar	O-tek: Veivalg, UsynligO. Treningsløp.	Berger skole	Kjersti
Onsdag	11.mar	O-tek: Pre-O. Treningsløp.	Berger skole	Peter
Onsdag	18.mar	O-tek: 2-mannsstafett. Treningsløp.	Berger skole	Stein
Onsdag	25.mar	Treningsløp + o-tek: Linje-o	Solbergtoppen (P ved innfartsparkering)	Peter
Onsdag	01.apr	Treningsløp	Kallestad, Flaskebekk	Morten
PÅSKE	4.4.-13.4.			
Onsdag	15.apr	Treningsløp + o-tek: Følg John	Alværn u.skole	Kjersti
Onsdag	22.apr	Treningsløp + o-tek: Kompass	Naverud gård	Andreas
Onsdag	29.apr	Treningsløp + o-tek: 2-mannsstafett	Gjøfjell (Svestadtjern)	Stein
Onsdag	06.mai	O-karusell	Jegerhytta, Bjørnemyr	Andreas
Onsdag	13.mai	O-karusell og Verdens o-dag	Jegerhytta, Bjørnemyr	Stein
Torsdag	21.mai	Kvist-Kvaset (stafett)	Ås IL	
Lørdag	23.mai	Klubbmesterskap	Granerud	
Onsdag	27.mai	O-karusell	Jegerhytta, Bjørnemyr	Audun
Torsdag	28.mai	Foll-o-karusell	Nordre Follo	
Onsdag	03.jun	Treningsløp, sprintkart	Steinerskolen	Kjersti
Torsdag	04.jun	Foll-o-karusell	Måren OK	
Onsdag	10.jun	Treningsløp	Bergerbanen	Anders B.
Torsdag	11.jun	Foll-o-karusell	Ås IL	
Onsdag	17.jun	Treningsløp, sprint	Sunnaas	Gro Hege
Fre-søn	12.-14. juni	Kretssamling 13-16 år, Camp Stokke	Oppsal	
Fre-ons	31.7.-5.8.	Hovedlandsleir og hovedløp	Lørenskog	

Treninger og o-karusell begynner kl. 18 hvis ikke annen beskjed er gitt.

### Noen aktuelle løp:

Dag	Dato	Løp	Sted/arrangør
Lørdag	18.apr	Lørdagskjappen	OK Moss
Søndag	19.apr	Smaaleneneløpet	Indre Østfold
Lørdag	25.apr	Halden o-meeting Mellom + u.stafett	Halden SK
Søndag	26.apr	Halden o-meeting Lang	Halden SK
Lørdag	02.mai	Lille-tio, Morgenfrisk i Follo	Norde Follo Orientering
Lør-søn	2.-3.mai	Tiomila	
Søndag	10.mai	Gromløpet	Østmarka OK
Lørdag	16.mai	KM sprint m/Trimtex-cup	Asker SK
Torsdag	21.mai	Kvist-Kvaset (stafett)	Ås IL
Lør-søn	30.mai-1.jun	Pinseløp	Hamar OK, Løten o-lag
Søndag	07.jun	Knut Valstads minneløp m/Trimtex-cup	Oppsal Orientering
Lør-søn	13.-14.jun	Midtsommersprinten	Stokke IL
Fre-søn	26.-28.jun	Norsk O-Festival	Kongsberg OL

Mer info på: [www.maaren-ok.org](http://www.maaren-ok.org), [Eventor.orientering.no](http://Eventor.orientering.no), [follokarusellen.com](http://follokarusellen.com)