

MÅREN OK - Treninger, o-karusell og løp fra mars 2016

Dag	Dato	Aktivitet	Sted/arrangør
Onsdag	02.mar	Trening	Berger skole
Onsdag	09.mar	Trening	Berger skole
Onsdag	16.mar	Trening	Berger skole
PÅSKE			
Onsdag	30.mar	Trening	Jegerhytta, Bjørnemyr (Berger v/mye snø)
Søndag	03.apr	Treningssamling	Fagerstrand, FIF-huset Myklerud
Onsdag	06.apr	Trening og grunnkurs	Jegerhytta
Fre-søn	8.-10.apr	Samling 13-16 år, AOOK	Halden, Nydalen SK
Onsdag	13.apr	Trening og grunnkurs	Jegerhytta
Lørdag	16.apr	Lørdagskjappen	Moss
Onsdag	20.apr	Trening (sprint) og grunnkurs	Sted?
Lørdag	23.apr	Vårspretten	Halden
Søndag	24.apr	Solrenningen	Halden
Onsdag	27.apr	O-karusell	Jegerhytta
Lørdag	30.apr	Vårløpet	Siggerud, Kolbotn & Skimt
Søndag	01.mai	Follo-løpet m/KM sprint	Tangen, Måren OK
Onsdag	04.mai	Trening	Jegerhytta
Torsdag	05.mai	Kvist-kvaset (stafett)	Ås
Søndag	08.mai	Askerløpet	Asker SK
Onsdag	11.mai	O-karusell	Jegerhytta
Lør-søn	14.-15.mai	Pinseløp, Kongsberg/Elverum	
Onsdag	18.mai	Trening	Jegerhytta
Lørdag	21.mai	15-stafetten	Oppsal
Søndag	22.mai	Knut Valstad	Oppsal
Onsdag	25.mai	Foll-o-karusell	
Lørdag	28.mai	Fossumløpet	Fossum IF
Onsdag	01.jun	Foll-o-karusell	
Lørdag	04.jun	Nydalten	Nydalens SK
Onsdag	08.jun	Foll-o-karusell	
Fre-søn	10.-12.jun	Samling 13-16 år (AOOK) og Midtsommerløpene (11.+12.)	Stokke i Vestfold. Ås-NMBU/Stokke IL
Lør-søn	11.-12.jun	O-trolleir 8-12 år	Kolbotn & Skimt
Onsdag	15.jun	Midtsommerkarusell	Alværn ungdomsskole kl 18
Torsdag	22.jun	Midtsommerkarusell	Granerud på Midtveien kl 18
Fre-søn	24.-26.jun	O-festivalen	Sarpsborg
	Ca. 1-7.aug.	O-landsleir 14-16 år	Konnerud IL
Lør-søn	6.-7. aug	Hovedløpet, sprint og lang	Konnerud IL

Samlinger med rosa farge. Mårens egne arrangementer med gult.

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

Det er treningsløp for de voksne samme tid og sted.

Løp med **fet skrift** er de vi prioriterer høyest. Men det finnes mange løp - følg med i Eventor!

www.eventor.orientering.no/Events

www.follokarusellen.com

www.maaren-ok.org

Kommentar

Ansv: Stein

Ansv: Audun

Ansv: Arve

Alternativt: felles Follo-samling?

Sprinttrening før sprint-KM

Datoene (og stedene) for Foll-o-karusellen er ikke banket ennå