

Terminliste 2016 - Kretsløp - Nærløp - HIL treningsløp - m.flere

Dato	Løpstype	Nivå	Kart	Frammøte	Arrangør / Løypeleggere	Kommentarer/Fokus
Lør.05.03	Treningssamling	A,B	Skudnes	Røyningsbu		
10.-13.03	Nordjysk 2 dagers	Alle		Amanda-senteret kl 9:00		
Tirs.15.03	O-teknisk trening	Alle				
Lør.19.03	KOK 2-dagers				Kristiansand OK	Påmelding i Eventor
Søn.20.03	KOK 2-dagers				Kristiansand OK	Påmelding i Eventor
Tirs.29.03	O-teknisk trening	Alle				
Lør.02.04	Kretsløp, mellom, RR	Alle	Vigreskogen		Ganddal	Påmelding i Eventor
Søn.03.04	Kretsløp, ultralang, RR	Alle	Gandalsløpet		Ganddal	Påmelding i Eventor
Tirs.05.04	NK 1, mellom	Alle	Byheiene	Stemmen	HIL-O, NN	Påmelding i Eventor
Tors.07.04	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.09.04	Tour de Orientering, RR	Alle			Ålgård	Påmelding i Eventor
Søn.10.04	Tour de Orientering, RR	Alle			Ålgård	Påmelding i Eventor
Tirs.12.04	O-teknisk (alt GK1)					
Tors.14.04	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Tirs.19.04						
Tors.21.04	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Tirs.26.04						
Tors.28.04	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.30.04	Kretsløp sprint, RR	Alle	Hauge-Gard	Haraldshaugen	HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Søn.01.05	Vikesprinten, mellom, RR	Alle			Vikebygd	Påmelding i Eventor
Tirs.03.05	O-teknisk (alt GK2)					
Ons.04.05	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.07.05	NM Sprint, NC				Varegg	Påmelding i Eventor
Søn.08.05	NM Sprint stafett				Varegg	Påmelding i Eventor
Ons.11.05	World Orienteering Day NK 2, sprint og Klubbmesterskap	Alle	Elvegård	Festplassen (løkka) sørvest for Uradalsvatnet	HIL-O, NN og NN	Påmelding i Eventor
Tors.12.05	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
14.-16.05	Pinseløp ?					
Tirs.17.05	Vi går i tog					
Tors.19.05	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00

Terminliste 2016 - Kretsløp - Nærløp - HIL treningsløp - m.flere

Søn.22.05	Kretsløp, RR	Alle			Egersund OK	Påmelding i Eventor
Tirs.24.05	NK 3, lang	Alle	Ryvarden	Mølstrevåg	Sveio OL	Påmelding i Eventor
Tors.26.05	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.28.05	Kretsløp mellom, RR	Alle				Påmelding i Eventor
Søn.29.05	Kretsløp lang, RR	Alle				Påmelding i Eventor
Tirs.31.05	O-teknisk (alt GK3)					
Tors.02.06	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.04.06	Testløp VM jr, NC	A			Nydalen SK	
Søn.05.06	Testløp VM jr, NC	A			Nydalen SK	
Tirs. 07.06	NK 4, mellom	Alle	Stangelandsmarka	Liarlund	Kopervik IL	Påmelding i Eventor
Tors.09.06	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.11.06	KM Lang, RR					Påmelding i Eventor
Søn.12.06	KM Sprint, RR					Påmelding i Eventor
Tirs. 14.06	NK 5, mellom	Alle	Bjørgene	Torvastad arena	Torvastad IL	Påmelding i Eventor
Tors.16.06	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Tirs. 21.06	Vikebygdstafetten	Alle	Malasetvatnet	Trovågfeltet	Vikebygd	Morostafett
Fre.24.06	Norsk o-festival, NC				Sarpsborg	
Lør.25.06	Norsk o-festival, NC				Sarpsborg	
Søn.26.06	Norsk o-festival, NC				Sarpsborg	
SOMMERFERIE MED KARUSSELER OG DET SOM MÅTTE FRISTE						
06.-09.08	Hovedløp, OLL				Konnerud	
Tirs.16.08						
Tors.18.08	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.20.08	DM				IL Gular	
Søn.21.08	DM				IL Gular	
Tirs.23.08	O-teknisk (alt. GK4)					
Tors.25.08	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.27.08	KM Mellom, RR				HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Søn.28.08	KM Stafett				HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Tirs.30.08	O-teknisk (alt. GK5)					
Tors.01.09	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.03.09	Odda 2-dagers	Alle				Påmelding i Eventor
Lør.03.09	Odda 2-dagers	Alle				Påmelding i Eventor

Terminliste 2016 - Kretsløp - Nærløp - HIL treningsløp - m.flere

Tirs.06.09	NK 6, mellom	Alle	Førde	Hanaleite	Sveio OL	Påmelding i Eventor
08.-11.09	NM-uka, NC				Bodø	
Tors.08.09	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Søn.11.09	Kretsløp mellom, RR	Alle			Ganddal	Påmelding i Eventor
Tirs. 13.09	NK 7, sprint	Alle	Hauge-Gard	Haraldshaugen	HIL-O, NN	Påmelding i Eventor
Tors.15.09	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Tirs.20.09	NK 8, lang	Alle	Eivindsåsen	Oppheim	Ølen IL	Påmelding i Eventor
Tors.22.09	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Fre.23.09	NM-natt, NC				Sør Rogaland	
Lør.24.09	O-idol + Eget NC-løp				Sør Rogaland	
Søn.25.09	NM junior stafett				Sør Rogaland	
Tirs. 27.09	Klubbmesterskap		Byheiene	O-hytta		
Tors.29.09	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Lør.01.10	Kretsløp lang, RR	Alle		Sørmarka NM-terrenget	Stavanger	Påmelding i Eventor
Søn.02.10	Høstjakta 1	Alle				Start mellom kl 12:00 og 12:30
Tors.06.10	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Søn. 09.10	Høstjakta 2	Alle				Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors.13.10	Bedrifts-o-løp	B,A				Start 17:00 til 18:00
Søn. 16.10	Høstjakta 3	Alle				Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors.20.10	Bedrifts-o-løp, fellesstart	B,A				
Lør.22.10	Blodslitet, NC				Fredrikstad SK	
Søn. 23.10	Høstjakta 4	Alle				Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Søn. 30.10	Høstjakta 5	Alle				Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors. 03.11	Natt sprint karusell 1					
Tors. 17.11	Natt sprint karusell 2					
Tors. 01.12	Natt sprint karusell 3					
Tors. 15.12	Natt sprint karusell 4					

Terminliste 2016 – Kretsløp – Nærløp - HIL treningsløp – m.flere

INFORMASJON:

De viktigste løpene er markert med **uthevet skrift**.

NC: Norgescup for junior

RR: Løp som er tellende i Rogalandsranking

NK 1 – NK 8: Nærløpskarusell Nord Rogaland.

Generelt starter alle Nærløpene kl. 18:00. Se liste for felles avreise fra DOA. Følg med på hjemmesiden for evt. endringer.

Det er stort sett løpstilbud alle tirsdager og torsdager. De tirsdager det ikke er NK-løp har vi o-teknisk treninger. I terminlista er det satt opp type o-teknisk trening, men ansvarlig trener kan finne på andre utfordringer, og gjerne avslutte med noen runder speed-orientering. Postene merkes med kreppbånd el.l. HUSK Å TA MED KOMPASS

Alle onsdager er det intervalltrening med frammøte ved DOA 18:00. Se egen liste for intervalltreningene og følg med på hjemmesiden for evt. endringer. Noen onsdager legger vi opp til kosekveld/kveldsmat med o-teknisk teori.

Lørdager når det ikke er o-løp, eller o-løp der få reiser har vi intervalltrening med o-teknikk fra Stemmen kl 15:00. Noen av lørdagene er det testløp i fast løype fra O-hytta. TA ALLTID MED KOMPASS OG BRIKKE TIL LØRDAGSTRENINGENE.

Søndager når det ikke er o-løp anbefaler vi rolig langtur med kart, f.eks tur-o. Felles fra Stemmen kl 12:00, eller følg med på Facebook.