



# Haugesund IL orientering

## Treninger og løp for HIL rekrutter

Vår -2026



Dato	Løp	Sted	Type
Tirsdag 24/3	Siste innetrening	Haraldsvang	Medlemskveld og kveldsmat
Tirsdag 7/4	Sprint-stafett	Byparken	Sprint
Tirsdag 14/4	Klubbkarusell 1	Haraldsvang	Sprint
Tirsdag 21/4	Team orientering challenge	O-hytta	Kveldsmat Njål og Tord/Anita
Tirsdag 28/4	Trening for rekrutter	Haraldsvang	trening
Tirsdag 5/5	Klubbkarusell 2	O-hytta	Mellom. Kveldsmat Marit og Petter
Tirsdag 12/5	Klubbkarusell 3	Mykje	Lang
Søndag 17/5	Vi går i folketoget!		
Tirsdag 19/5	Klubbkarusell 4	Bibliotekparken	Sprint, Verdens orienteringsdag! Boller og saft
Tirsdag 26/5	Klubbkarusell 5	Steinsfjellet	Mellom
<b>Lørdag 30/5</b>	<b>KM mellom</b>	<b>Høie</b>	<b>Mellom</b>
Tirsdag 2/6	Trening for rekrutter	Haraldsvang	Frukttrening
Tirsdag 9/6	Klubbkarusell 6	Vardafjellet	Lang
<b>13-14 juni</b>	<b>Rekruttleir</b>	<b>O-hytta</b>	<b>Mer info kommer</b>
Tirsdag 16/6	Sommeravslutning, hele klubben	O-hytta	Vafler og pølser!

## Klær og sko

I utesesongen må du ha joggesko og klær som kan bli våte. Husk også skiftetøy og ekstra sko. På klubbkarusell og nærløp deltar rekruttene i løpet, de kan velge mellom kort eller lang nybegynnerløype. Under løp er vi avhengige av at noen foreldre er med for å følge egne og andres barn. Ta kontakt hvis du trenger å sitte på med noen til løp, så organiserer vi transport fra Deep Ocean Arena.

**Trener for rekruttene er:** Erik Utne Vie (99316503)

For oppdatert informasjon om løp og treninger: SPOND kode XCGOY, hjemmesida:  
<https://haugesundil.no/orientering/>, Facebookgruppa: HIL orientering

**Påmelding til nærløp og kretsløp:** <https://eventor.orientering.no/Events> eller ved oppmøte.

**Medlemskap:** Nye medlemmer melder seg inn i klubben etter to treninger via Norges idrettsforbunds digitale portal: <https://www.idrettsforbundet.no/digital/innmelding-i-norsk-idrett> Velg Haugesund Idrettslag Orientering. Meld inn med barnets/ungdommens navn. Hvis dere ønsker familiemedlemskap, meldes hele familien inn her. Alle barn som er medlem av lag tilsluttet Norges idrettsforbund opptil 13 år er forsikret gjennom barneidrettsforsikringen. Medlemskontingent barn/ungdom: 950,- pr år.

Medlemskontingent familie: 1500 pr. år.

Fritidskassen: Haugesund kommune har innført en ny ordning: FRITIDSKASSEN. «Gjennom FRITIDSKASSEN vil vi støtte kontingent, deltakeravgift, leirer, cuper og turneringer for barn og unge i familier med periodevis eller langvarig vanskelig økonomi. Mer informasjon finner du her: <https://www.haugesund.kommune.no/fritidskassen/>».

Du kan få støtte til: • Kontingent • Deltageravgift • Leirer • Turer Ta kontakt med trenere/sportslig leder i klubben. Klubben sender kopi av faktura du har fått og fakturaen betales direkte til klubben/organisasjonen.

