

Terminliste 2015 – Kretsløp – Nærløp - HIL treningsløp – m.flere

Dato	Løpstype	Nivå	Kart	Frammøte	Arrangør / Løypeleggere	Kommentarer/Fokus
12.-15.03	Nordjysk 2 dagers	Alle		Amanda-senteret kl 9:00		
Tirs.17.03	O-teknisk trening	Alle	Haraldsvang	DeepOcean Arena 18:00		
Tirs.24.03	O-teknisk trening	Alle	Haraldsvang	DeepOcean Arena 18:00		
Tirs.07.04	NK1, Mellom	Alle	Lindøy	Lindøy ved Røyksund	HIL Orientering Borghild og Karsten	Påmelding i Eventor
Tors.09.04	Bedrifts-o-løp	B,A	Haraldsvang	Paviljongen		Start 17:00 til 18:00
Lør. 11.04	Kristornspretten				Stord Orientering	Påmelding i Eventor
Søn. 12.04	Kristornløpet				Stord Orientering	Påmelding i Eventor
Tirs.14.04	NK2, Lang		Årvikmarka	??	Vikebygd	Påmelding i Eventor Avreise DOA 17:00
Tors.16.04	Bedrifts-o-løp	B,A	Åkramarka	Speiderplassen		Start 17:00 til 18:00
Fre.17.04	KM natt	B,A			Sandnes IL	Påmelding i Eventor
Lør.18.04	Kretsløp, Mellom, RR1	Alle			Ålgård	Påmelding i Eventor
Søn.19.04	Kretsløp, Lang, RR2	Alle			Egersund	Påmelding i Eventor
Tirs.21.04	O-tekn trening, 8-12 år	N,C				
Tirs.21.04	O-tekn trening, 13-90 år	B,A				
Tors.23.04	Bedrifts-o-løp	B,A	Byheiene	Steinsfjellet		Start 17:00 til 18:00
Lør. 25.04	Kretsløp, Mellom, RR3	Alle	Vormedal	Vormedal u.skole	HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Søn. 26.04	Kretsløp, Mellom, RR4	Alle			Vikebygd	Påmelding i Eventor
Tirs.28.04	O-tekn trening, 8-12 år	N,C				
Tirs.28.04	O-tekn trening, 13-90 år	B,A				
Tors.30.04	Bedrifts-o-løp	B,A	Lindøy	Lindøy		Start 17:00 til 18:00
Tirs. 05.05	Åpent klubbmesterskap Sprint	Alle	Hauge-Gard	Byparken	Ivar Kvale	Påmelding i Eventor
Tors. 07.05	Bedrifts-o-løp	B,A	Toraneset/Malasetv			Start 17:00 til 18:00
Lør.09.05	Kretsløp Ultra, RR?				Ganddal	Påmelding i Eventor
Søn.10.05	Kretsløp, Mellom, RR				Ganddal	Påmelding i Eventor
Tirs. 12.05	O-tekn trening, 8-12 år	N,C				
Tirs. 12.05	O-tekn trening, 13-90 år	B,A				
Ons. 13.05	Bedrifts-o-løp	B,A	Byheiene	Djupadalen		
Tirs. 19.05	O-tekn trening, 8-12 år	N,C				
Tirs. 19.05	O-tekn trening, 13-90 år	B,A				
Tors.21.05	Bedrifts-o-løp	B,A	Auklandshamn			Start 17:00 til 18:00

Terminliste 2015 – Kretsløp – Nærløp - HIL treningsløp – m.flere

23.-25.05	Pinseløp	Alle			Kongsberg	
Tirs. 26.05	O-tekn trening, 8-12 år					
Tirs.26.05	NK3, Lang		Ryvarden	Mølstrevåg	Sveio OL	Påmelding i Eventor Avreise DOA 17:00
Tors.28.05	Bedrifts-o-løp		Aksnes	Hest		Start 17:00 til 18:00
Tirs. 02.06	O-tekn trening, 8-12 år	N,C				
Tirs. 02.06	NK4, Mellom	Alle	Låkklijfjedle		Bjoa	Påmelding i Eventor Avreise DOA 17:00
Tors.04.06	Bedrifts-o-løp	B,A	Vormedal			Start 17:00 til 18:00
Lør.06.06	Kretsløp, Sprint, RR	Alle			Vaulen	Påmelding i Eventor
Søn.07.06	Kretsløp, Lang, RR				Stavanger	Påmelding i Eventor
Tirs. 09.06	Uhøytidlige Vikestafetten	Alle			Vikebygd	Avreise DOA 17:00
Tors.11.06	Bedrifts-o-løp	B,A	Årabrot			Start 17:00 til 18:00
Tirs. 16.06	Mor-o-løp, 8-12 år			Stemmen, 17:30		
Tirs.16.06	NK5, Mellom		Bjørgene		Torvastad IL	Påmelding i Eventor Avreise DOA 17:15
Tors.18.06	Bedrifts-o-løp	B,A	Mykje skole			Start 17:00 til 18:00
Lør.20.06	KM Lang, RR				Sauda OK	Påmelding i Eventor
Søn.22.06	KM Mellom, RR				Suldal OL	Påmelding i Eventor
27.-29.06	Norsk O-festival				Nydalen	
SOMMERFERIE MED KARUSSELER OG DET SOM MÅTTE FRISTE						
07.-12.08	Hovedløp, OLL				Larvik OK	
Lør.15.08	Odda 2-dagers					Påmelding i Eventor
Lør.15.08	Odda 2-dagers					Påmelding i Eventor
Tirs.18.08	O-teknisk trening					
Tors.20.08	Bedrifts-o-løp		Ryvarden	Mølstrevåg		Start 17:00 til 18:00
Tirs.25.08	NK6, Sprint	Alle	Haug-Gard	Byparken	HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Tors.27.08	Bedrifts-o-løp		Byheiene	Kattanakk		Start 17:00 til 18:00
Lør.29.08	KM Sprint, RR7				Egersund	Påmelding i Eventor
Søn.30.08	KM Stafett				Sandnes IL	
Tirs. 01.09	O-teknisk trening					
Tors.03.09	Bedrifts-o-løp		Høie Vest	Stegaberg skole		Start 17:00 til 18:00
05.-06.09	DM				Førde, Sogn og Fjord.	
Tirs. 08.09	O-teknisk trening					

Terminliste 2015 – Kretsløp – Nærløp - HIL treningsløp – m.flere

Tors.10.09	Bedrifts-o-løp		Stangelandsmarka	Liarlund		Start 17:00 til 18:00
10.-13.09	NM-uka				Frol IL	
Tirs.15.09	NK7, Mellom		Stangelandsmarka	Liarlund?	Kopervik IL	Påmelding i Eventor Avreise DOA 17:00
Tors.17.09	Bedrifts-o-løp		Hagland	Hagland		Start 17:00 til 18:00
Søn.20.09	Sprintløp, RR		Stavanger sentrum		Stavanger OK	
Tirs. 22.09	NK8, Lang		Byheiene	Steinsfjellet	HIL Orientering	Påmelding i Eventor
Tors.24.09	Bedrifts-o-løp		Blikshavn	Burmavegen		Start 17:00 til 18:00
Tirs..29.09	Klubbmesterskap		Byheiene	O-hytta	Kristina og Ruben	
Tors.01.10	Bedrifts-o-løp, sprint		COOP kartet	Brakahaug skole		Start 17:00 til 18:00
Lør.03.10	Tour de Orientering				Ålgård Orientering	
Søn.04.10	Høstjakta 1					
Tors.08.10	BIN-mesterskap		Byheiene sør	Steinsfjellet		Start 17:00 til 18:00
Søn. 11.10	Høstjakta 2					Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors.15.10	Bedrifts-o-løp		Byheiene nord	Nuten, Ridesenteret		Start 17:00 til 18:00
Søn. 18.10	Høstjakta 3					Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors.22.10	Bedrifts-o-løp, fellesstart		Bjørgene	Bjørgene		Start 17:00 til 18:00
Søn. 25.10	Høstjakta 4					Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Søn. 31.10	Høstjakta 5					Startliste omvendt jaktstart fra 12:00
Tors. 05.11	Natt sprint karusell 1					
Tors. 19.11	Natt sprint karusell 2					
Tors. 03.12	Natt sprint karusell 3					
Tors. 17.12	Natt sprint karusell 4					

Terminliste 2015 – Kretsløp – Nærløp - HIL treningsløp – m.flere

INFORMASJON:

Alle onsdager fra etter påske er det intervalltrening med frammøte ved DOA 18:00. Følg med på hjemmesiden for evt. endringer.

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

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

(Noen tirsdager er vi samlet fra 17:30 til 19:30. Den første timen er for de yngste, og de eldre hjelper til, følger nybegynnere, litt instruksjon underveis, osv. Etterpå løper de eldre spesial-o-teknisk trening eller 3 km løypa. Det blir tidtaking i 3 km løypa, men ingen ranking.

Andre tirsdager trener vi delt. De yngste trener i bynære områder fra 17:30 til ca. 18:30. De eldste kjører fra DOA kl. 17:30 til andre spennende treningsterreng. Der blir det o-teknisk trening og 3 km løype.)

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.