



Julens Orienteringsgleder

Ungdommer, Juniorer og Elite

Julen 2016



Dato	Sted	Aktivitet	Annet
Torsdag 22.12 kl 18.00	Klubbhuset	Nisseløp. Lagkonkurranse med blandede lag. Plukke poster + intervaller «lillerunden»	Ta med emit-brikke, hodelykt og kompass. Tilgang til garderober på Klubbhuset.
Lørdag 24.12 kl 09.00	Aquarama	Julejogg (kl 9.00) og Julebad (kl 10.00) i regi av Kristiansand Løpeklubb	Norgesrekordforsøk http://www.krslop.no/julebad/
Mandag 26.12 kl 12.00	Torridal Klubbhus	2.juledagsløpet Tradisjonelt jule o-løp med fellesstart kl 12.00.	Påmelding eventor http://eventor.orientering.no/Events/Show/7684
Tirsdag 27.12 kl 18.00	Klubbhuset	Rolig langtur i Jegersberg. Inndeling i grupper etter nivå. 80-100 minutter	Tilgang til garderober Klubbhuset
Torsdag 29.12 kl 18.00	Hamresanden. Avreise Klubbhuset kl 17.30	Natt o-stafett: Sprintstafett 2 og 2	Påmelding eventor http://eventor.orientering.no/Events/Show/8068
Fredag 30.12 kl 10.00	Bendiksbukta, Odderøya	Rolig gjennomløping av trase FFSR. Ca 10 km	
Fredag 30.12 kl 18.00 Høvåg skole	Eidjord. Felles avreise Klubbhuset kl 17.30	NM natt trening Mellomdistanse med hengende EKT	Påmelding eventor
Lørdag 31.12 kl 11.00	Kilsund kl 11.00	Knoppetangløpet Johannes lover...	Påmelding eventor http://eventor.orientering.no/Events/Show/7649
2017			
Mandag 2.1 kl 09.30	Felles avreise fra Klubbhuset 09.30	O-teknisk trening Momentløype	Påmelding eventor http://eventor.orientering.no/Events/Show/8069
Mandag 2.1 kl 18.00	Aquarama	Intervaller med Løpeklubben	
Tirsdag 3.1 kl 18.00	Presteheia skole	Klubbtrening. Rolig langtur + Innetrening	
Onsdag 4.1 kl 18.00	TV cup løp 1	Mer info kommer	Påmelding eventor

Endringer i programmet kan komme. Følg med på Aktivitetskalenderen på kok.no

www.kok.no