

MÅNADSPROGRAM



Orienteringsklubben Gipen

(Februari -) Mars 2023

OL-tävlingar enligt SOFT:s program

MARS

Fre 3	OK Pan, Kristianstad	Sverigepremiären	Natt
Lör 4	OK Pan, Kristianstad	Sverigepremiären	Medel
Sön 5	OK Pan, Kristianstad	Sverigepremiären	Lång
Fre 10	Halmstads OK/ LOK	Kattegattnatt	Natt
Lör 11	HOK / Laholms OK	Hallandspremiären	Medel
Sön 12	Halmstad/ Laholm	Hallandspremiären	Lång
Lör 11-	Aalborgs OK,	Nordjysk 2-dages	Lång
Sön-12	Svinkløv, Danmark	Nordjysk 2-dages	Medel
Fre 17	Tolereds AIK, Gbg	Göteborgspremiären	Nattsprint
Lör 18	Tolereds AIK / FOL	Göteborgspremiären	Medel
Sön 19	TAIK /Frölunda OL	Göteborgspremiären	Lång
Sön 19	Falkenbergs OK	Laxträffen	Lång
Fre 24	OK Skogshjortarna	Hjortnatta	Natt
Lör 25	Göteborgs SK	Brudarbackens sprintstafett	
Sön 26	Stångenäs AIS	Saistrampen	Medel
Sön 26	OK Rävén, Rävlanda	Rävdagen	Medel
Fre 31	Tibro AIK OK	Tibrotrippeln 1	Natt

APRIL

Lör 1	Tibro OK	Tibrotrippeln 2	Medel
Sön 2	Tibro OK	Tibrotrippeln 3	Lång
Lör 1	Idefjordens SK,	Strömstadsmedeln (Tanum)	Medel
Sön 2	Kvillebyns SK	Kvillebyns klassiska	Lång
Sön 2	IF Rigor, Kungsbacka	Rigorträffen	Lång
Tor 6	IK Gandvik, Skara	Häxjakten , Five-O 1	Natt
Fre 7	IK Gandvik/Gudhem IF	Kortfredan, Five-O 2	Sprint
Lör 8	Främmestad/Kullingsh	Öjetrampen, Five-O 3	Lång
Sön 9	Uddevalla OK	Bohuslunken, Five-O 4	Medel
Mån 10	Trollhättans SOK	Vikingaträffen, Five-O 5	Medel
Mån 10	Fjärås AIK/OK Löftan	Snötrampen	Lång
Fre 14	Istrums SOK, Varnhem	Västergötlands Natt-DM	Natt
Lör 15	Lerums SOK	Göteborgsdubbeln 1	Lång
Sön 16	Sjövalla FK, Mölnlycke	Göteborgsdubbeln 2	Medel
Sön 16	Lidköpings VSK	Läckömedeln	Medel
Lör 22	FK Herkules, Mölndal	Herkules skogsdåd	Lång
Lör 22	Mariestads FK	Öppet Skaraborgsmästersk.	Lång
Sön 23	Hjobygdens OK	Hjo medel	Lång
Sön 30	OK Skärmen, Färgelanda	Skärmenträffen	Medel
Sön 30	OK Orinto, Bollebygd	Orintos vårtävling	Lång



Längdskidåkning

Kvarstående tävlingar vintern 2023

Vasaloppveckan:

Fre 24/2	Vasaloppet 30	30 km	Oxberg - Mora
Lör 25/2	Tjejvasan	30 km	Oxberg - Mora
Sön 26/2	Ungdomsvasan	Eldris/Hökberg	- Mora
Sön 26/2	Öppet Spår	90 km	Sälen - Mora
Mån 27/2	Öppet Spår	90 km	Sälen - Mora
Tis 28/2	Vasaloppet 45	45 km	Oxberg - Mora
Fre 3/3	Stafettvasan	90 km	Mora
Fre 3/3	Nattvasan 30, 45, 90 km		Oxberg - Mora
Lör 4/3	Vasaloppet 10	9 km	Eldris - Mora
Sön 5/3	Vasaloppet	90 km	Sälen - Mora

Anmälan till OL-tävlingar

Skall vanligtvis vara gjord senast 1 vecka före aktuell tävling.
Anmäl via Eventor, som nås genom Tävlingskalendern på klubbens hemsida.

Anmälan till O-Ringen, Åre, Jämtland 23 – 28 juli

Nästa anmälningsstopp är den 1 april (C:a 10% rabatt på anm.avgift)

OL-skytte

Årets tävlingsprogram har ännu inte publicerats.

För kommande tävlingar:

Se Svenska Mångkampförbundets Tävlingsprogram för OL-skytte. Kan länkas från OK Gipens hemsida.

Träning

Tisdagskvällar från Kompassen

28 febr. Löpning kl.18.00

7 mars Löpning kl.18.00

14 mars Löpning kl.18.00

21 mars Löpning kl.18.00

28 mars Löpning kl.18.00

*Löpträningarna sker på blandat väg och skog.
Medtag pannlampa.*

I april, drar klubbens träningsorienteringar igång.

SAKO / Götaälvdalskretsens tränings-OL

Tisdag 21 mars Motions-OL Trollhättans SOK
Start kl. 17.30 – 19.00

Information: Eventor, närtävlingar:

Kolla även i Eventor om ev. nytillkomna träningsorienteringar hos våra grannklubbar.

Veteran-OL i Trestadsområdet

Öppet för alla daglediga orienterare, oavsett ålder

Träningsserien startar i april

Onsdagar. Start kl. 10.00 - 11.00

5 april Trollhättans SK

12 april OK Skärmen, Färgelanda

19 april OK Flundrehof, Sjuntorp

26 april Uddevalla OK

Information, PM samt resultat kommer på Eventor, närtävlingar.

Veteran-OL i Göteborgsområdet Hemsida: GMOK

Torsdagar. Start kl. 10.30 - 11.30 Övrig info: Eventor, närtävl.

9 mars OK Skogshjortarna Klubbhuset Hjortgården, Alingsås

23 mars IFK Göteborg Klubbhuset, Brudarmossen.

6 april Lerums SOK Klubbhuset, Härskogen

POL i Skaraborg, start kl.10.00 -11.15

23 mars Ryda SK Almesåsen, Vara

Giparen

kommer med årets första nummer i mars.

Stoppdatum för manus sätts till senast den 8 mars, och vi hoppas då att få med reportage från Vasaloppsveckan m.m.

Artiklar, foton etc. till tidningen tas tacksamt emot på e-post till: kjell.pettersson.hem@telia.com

Tack för redan inkommet materiel !

VÄLKOMNA MED BIDRAG !

Banläggningskurs

Söndagen den 12 mars kl. 09.00 – 12,00 i Kompassen

Kursledare: Axel Brönnestam

Alla banläggningsintresserade är välkomna, inga förkunskaper behövs.

Ingen föransmälan.

Ungdomsrutan

Träning i Kompassen:

Tisdagar Orienteringsträning m.m. kl.18.00 enl. U-sektionens program
Se även Träning-spalten intill !

Tävlingar:

Aktuella tävlingar i vårt distrikt och närområde:

Söndag 26 mars Saistrampen, Brastad – Lysekil

Lör- söndag 1 - 2 april: Vårhelg i Tanumshede
(Strömstadsmedeln/ Kvillebyns klassiska)

8 – 10 april Påsktävlingar i Magra (Öjetrampen)
Uddevalla och Trollhättan

SAKO:s ungdomsserie startar den 25 april.

