

# MÅNADSPROGRAM



## Orienteringsklubben Gipen

(November-) *December 2023*

### OL-tävlingar, inomhus

#### DECEMBER

Lör 9- Chalmers OL, Göteborg *COL Indoor*  
Sön -10 *2 etapper Inomhus-Sprint*  
Arena: Lindholmen, Gbg

Lör 30 FK, Herkules, Mölndal / *Göteborg Indoor*  
/ Tolereds AIK, Göteborg *2 etapper Inomhus Sprint*  
Arena: Aktiviteten, Äby - Mölndal



### Tränings-OL / Närtävlingar

(Sammanfaller med våra egna träningar)

#### SAKO/ Götaälvdalskretsen:

**Natt-cup:** Nr. 6: Vänersborgs SK, skidstugan  
Tisdag 28 nov. Gemensam start kl.18.00

**Jullöpet:** Trollhättans SK, Slätthult  
Söndag 10 dec. Gemensam start kl. 10.30

Information om närtävlingarna samt föranmälan, PM och resultat: Eventor

### Poängpromenad från Kompassen

Annandag jul, tisdagen den 26 december

Start mellan kl. 11.00 – 13.00

Fika i klubbhuset efteråt.

Välkomna !

### Vinterrace 2024

på söndagarna i Bohuslän / Trestadsområdet startar den 7 januari hos Herrestads AIF och fortsätter sedan 14, 21, 28 januari och 4, 11 februari.

**OK Gipen arrangerar etapp 2. (14/1),**

Vinterraceprogrammet kommer i nästa månadsprogram.

### Skidlägret på Långberget

**4 - 7 januari 2024 (torsdag – söndag)**  
går ännu att anmäla sig till.

Hör med Tomas Nilsson tel. 070 542 88 10 eller  
Lars Elfving tel. 070 288 18 76

Inbjudan finns på hemsidan och i månadsprogrammet för november.

## Träning:

### Från Kompassen

**Tisdag 28/11 Löpträning** omklädda kl.18.00  
Blandat på väg och skog. Medtag pannlampa !

**Tisdag 5/12 Löpträning**, som ovan kl.18.00  
Fika efteråt

**Söndag 10/12 Extra teknikträning, med slingor**  
Kompassen kl.10.00

**Tisdag 12/12 Löpträning**, som ovan kl.18.00  
Lussefika efteråt

*Löpträningen startar åter den 9 januari 2024*

## Veteran-OL i Göteborg

För 2023 återstår:

Torsd. 30 nov. IFK Göteborg Klubbstugan, Brudarmossen  
Delsjöområdet

Torsd. 14 dec. GMOK / IK Stern Klubbstugor, Skatås.  
Jultallrik erbjudes efteråt.

Start kl.10.30 – 11.30. Anmälan senast tisdag innan.  
Direktanmälan tävlingsdagen möjlig i mån av kartor.  
Anmälan, PM och resultat m.m.: Eventor, närtävlingar.

## Giparen

kommer ut med årets sista nummer i december.

För att få Giparen klar så att alla medlemmar får tidningen innan julhelgen vill redaktionskommittén ha in material till tidningen **senast den 3 december**.

**Klubbens verksamhetsberättelser skall finnas med i detta nummer och ansvariga i sektionerna ombedes att så fort som möjligt skriva dessa och skicka till:**

[kjell.p519012@gmail.com](mailto:kjell.p519012@gmail.com)

Övriga artiklar till Giparen tas också tacksamt emot på e-postadressen ovan.

VÄLKOMNA MED RAPPORTER, BILDER OCH REPORTAGE, ETC !

ETT STORT TACK till er som redan skickat in artiklar, foton, tabeller etc. !

*Kjell*

## Bingo-Lotto

### ”Uppesittaren” 23 december

OK Gipen säljer lotter till **Bingolotto** i TV4 ”uppesittarkvällen”, lördagen den 23 december.

### Bingolottos Advents-/Julkalender

säljs fortfarande också.

Finns att köpa vid klubbens tisdagsträningar i Kompassen eller hos ELON i Lilla Edet.

Kan även skickas till hemadress.

Kontakta Harriet via SMS eller tel. 0708 909777.

Stöd klubben genom köp !

## Ungdomsrutan

### Träning i Kompassen:

**Orienteringsträning kl.18.00**  
enligt Ungdomssektionens planering.

Samordnas ibland med Tränings- och tävlingssektionens träningar.  
Se Träning-spalten på första sidan !

**Träningen avslutas tisdagen den 12 december**  
med Lussefika efter träningen.

Uppehåll görs sedan för jul- och nyårsfirande.

Ungdomssektionen meddelar senare när träningen åter börjar på nyåret 2024



**Klubben önskar även i år alla en riktig  
GOD JUL och ETT GOTT NYTT ÅR  
med mängder av orientering.**

