

MÅNADSPROGRAM



Orienteringsklubben Gipen

(April -) **Maj 2023**

OL-tävlingar

APRIL

Sön 30 OK Skärmen, Färgelanda *Skärmenträffen* Medel
Sön 30 OK Orinto, Rävlanda *Orintos vartävling* Lång

MAJ

Mån 1 Rydboholms SK *RSK-träffen* Lång
Lör 6 Ulricehamns OK *Dubbeljakten, sprint och medel*
Sön 7 Gällstadsbygdens SOK *Gällstads medel* Medel
Sön 14 Åmåls OK *DM, sprint och sprintstafett, BDOF*
Sön 14 OK Skogshjortarna *DM, sprint och sprintstafett, VOF*
Lör 20- Skellefteå OK *10-mila + ind.Ö-klass. Stafett/Lång*
-Sön 21 - ” - *10-mila* Stafett
Ons 24 IFK Göteborg *Lundensprinten* Sprint
Sön 28 Stenungsunds OK *Stenungsund-sprinten 1 och 2*

JUNI

Lör 3 Göteborg-Majorna OK *Göteborgs DM-sprint* Sprint
Lör 3 OK Klyftamo, Götene *Kinnekullesprinten 1 och 2* Sprint
Sön 4 IK Gandvik, Skara *Sommarlandssprinten* Sprint
Lör 10 Sävedalens AIK *Sävedalsdubbeln Sprintstafett + patrull*
Fre 16- Helsingborgs SOK *Tre skåningar och* Sprint/
-Sön 18 *en dansk (3-dagars) /stad och skog*
Ons 28 Skene SOIS *Skene Sommarorientering* Medel



PreO

MAJ

Fre 19 Stångenäs AIS *PreO i Väst dag 1* PreO
Lör 20 Uddevalla OK *PreO i Väst dag 2* TempO
Sön 21 Stenungsunds OK *PreO i Väst dag 3 (Ljungskile)* PreO

JUNI

Lör 10 Vänersborgs SK *PreO-DM, BDOF, VOF, GOF +Sprint preO*

Anmälan till Orienteringstävlingar

Skall vanligtvis vara gjord senast 1 vecka före aktuell tävling.
Anmäl via Eventor, som kan länkas från klubbens hemsida.

Orienterings-skytte

Tävlingar: SM och World cup

Fre 12 maj World Cup 1 Sprint Kangasniemi, Finland
Lör 13 maj World Cup 2 Masstart -"-
Fre 2 juni Stafett (även landskamp) Berga örlogsbas, Haninge
Lör 3 juni **SM - klassisk** + World Cup 3 -"-
Sön 4 juni **SM - sprint** + World Cup 4 -"-
Arr: IFK Tumba

Vårmöte

**Torsdagen den 11 maj kl.18.00
vid Delsbo.**

Information och diskussion om klubbverksamheten.

Klubben bjuder på fika.

VÄLKOMNA !

Foto-orienteringen

”Stenkoll” i Giparen

Passa gärna på att under månaden ta en tur kring Delsbo - Gipenäs och genomföra fotoorienteringen ”Stenkoll” som fanns med i bilagan till senaste numret av Giparen.
(Karta & foton finns även på klubbens hemsida).
Sista dag för inlämning av svar är 6 juni !

Tränings-OL: Öppna SAKO-banor, OK Gipens 5-dagars på hemmaplan samt Klubbmästerskap, OL-skytte och Dag-OL

Tisdagar (undantag 25/5 och 8/6, Torsdagar)

Tis 2 maj Öppna banor på SAKO ungdomstävling
OK Skogsvargarna, Vargön: Bergagården, Hunneberg

Tis 9 maj Öppna banor eller funktionär på vår egen
SAKO ungdomstävling
OK Gipen: Göta bollplan

Tis 16 maj Öppna banor på SAKO ungdomstävling
Uddevalle OK Klubbstugan Bulid

Tis 23 maj Öppna banor på SAKO ungdomstävling
Trollhättans SOK Klubbstugan Strömslund

Start från kl. 18.30 på SAKO-tävlingarna

Anmälan: Eventor sen. söndag kl.18.00 eller tävl.dag sen.kl.17.45

OBS!

Tor 25 maj 5-dagars på hemmaplan etapp 1
Delsbo, Hjärtum

Tis 30 maj 5-dagars på hemmaplan etapp 2
samt **KM i orienteringsskytte**
Lilla Måröd (Hasteröd - Backamo)

OBS!

Tor 8 juni 5-dagars på hemmaplan etapp 3
samt **Dag-KM i orientering**
Göta bollplan

Första anmälan och start för Gipens 5-dagars kl. 18.00.
Ingår i år i SAKO- /Götaälvdalskretsens träningsprogram.

Ungdomsrutan

OL-tävlingar:

SAKO:s ungdomsserie:

Nr 2 Tisd 2 maj OK Skogsvargarna Bergag.

Nr 3 Tisd 9 maj OK Gipen Göta

Nr 4 Tisd 16 maj Uddevalla OK Bulid

Nr 5 Tisd. 23 maj Trollhättans SOK Skidstugan

Övriga aktuella OL-tävlingar:

Sön 14 maj DM-sprint och sprintstafett i Åmål

Sön 28 maj Stenungsundsprinten, 2 etapper

Fre 2 juni- "Unionsmatchen", i Fredrikstad,

-Sön 4 juni Östfold, Norge

(4 svenska och 4 norska distrikt)

Uttagning i Bohuslän-Dal för H/D14, H/D16

Mån 6 juni "Sommarlandssprinten" i Skara

Se även Månadsprogrammets första sida !

Tränings-OL:

OK Gipens 5-dagars på hemmaplan

startar torsdagen den 25 maj vid Delsbo med

start från kl.18.00 och fortsätter sedan

tisdagen 30 maj i Måröd, och då avgörs också

Gipen-KM i OL-skytte.

Se Tränings-OL-spalten intill !



Veteran-OL i Trestadsområdet

Öppet för alla daglediga orienterare, oavsett ålder

Onsdagar. Start kl. 10.00 - 11.00

3 maj OK Skogsvargarna Bergagården, Hunneberg

10 maj Främestads IK Bredöl

17 maj Uddevalla IS Emaus lantgård, Uddevalla

24 maj Trollhättans SOK Skidstugan, Strömslund

31 maj Stenungsunds OK

7 juni Ljungskile FK

14 juni Svanesunds GIF Karingön

21 juni Vänersborgs SK Skidstugan, Vänersborg

Information om samlingsplats, PM, kartor för egenutskrift, resultat m.m. finns eller kommer att finnas på Eventor närtävlingar.

Veteran-OL i Göteborgsområdet (info o anm.: Eventor)

Torsdagar. Start kl. 10.30 - 11.30

4 maj IF Marin Väst Ruddalen, V. Frölunda

11 maj Sjövalle FK Herkulesgården, Mölndal

1 juni IK Uven Södra Barnsjön, Lindome

8 juni Sävedalens AIK

15 juni IK Stern Härlanda tjärn, Göteborg

Information,

Större OL-tävlingar o mästerskap

Tors 27- World Cup 1 Halden / Sarpsborg

-Sön 30 april Östfold, Norge

Lör 6 - Swedish League Eskiltuna

-Sön 7 maj Södermanland

Tors 18 maj Swedish League Skellefteå

Lör 20- 10-mila - " -

-Sön 21 maj Västerbotten

Lör 27 maj SM, sprint +Sw.L. Lund, Skåne

Sön 28 maj SM, sprintstafett - " -

Lör 17- Vendla-/Jukolakavlen Borgå

-Sön 18 juni Finland

Sön 25 juni SM, ultralång Idre Fjäll

Alternativ tävling:

Marathonstafetten i Trollhättan

Arr: TSOK / TIF: Löpning 1-9 sträckor

vid TSOK:s klubbstuga, Strömslund

Onsdagen den 24 maj. Anmälan senast 19 maj.