

MÅNADSPROGRAM



Orienteringsklubben Gipen

Januari 2025

Längdskidåkning

Utdrag ur Svenska Skidförbundets tävlingskalender.

Fullständigt program finns på förbundets hemsida.

De flesta klassiska långloppen är seedande för Vasaloppet 2025.

Naturligtvis reservation för inställda tävlingar p g a snöbrist.

Lör 18/1	Moraloppet	42 km	Mora
Lör 25/1	Västgötaloppet, skate	42 km	Ulricehamn
Sön 26/1	Västgötaloppet, classic	42 km	Ulricehamn
Lör 1/2	Billingens långlopp, klasser	21/42 km	Skövde
Sön 2/2	Billingens långlopp, motion	21/42 km	Skövde
Sön 2/2	Orsa Grönklitt Ski Marathon	21/42 km	Orsa
Sön 2/2	Mattila Ski Marathon,	21/42 km	Mattila
Sön 2/2	Engelbrektsloppet 45	45 km	Norberg
Lör 8/2	Kristinaloppet (dam)	30 km	Norberg
Sön 9/2	Engelbrektsloppet 60	60 km	Norberg
Sön 16/2	Borås Ski Marathon	21/42 km	Borås
Sön 16/2	Skinnarloppet	21/45 km	Malung

Program för DM-tävlingar i Bohuslän-Dal finns ännu inte.

Anmälan gör var och en till respektive lopp.

Meddela Skidsektionen att anmälan gjorts

Lars E. tel 070 -288 18 76. Tomas N. tel. 070 - 542 88 10

Vasaloppsveckan:

Fre 21/2	Vasaloppet 30	30 km	Oxberg - Mora
Lör 22/2	Tjevvasan	30 km	Oxberg - Mora
Sön 23/2	Ungdomsvasan	9/19 km	Eldris/Hökberg – Mora
Sön 23/2	Öppet Spår	90 km	Sälen - Mora
Mån 24/2	Öppet Spår 30, 45,/90 km		Oxberg/Sälen - Mora
Tis 25/2	Vasaloppet 45	45 km	Oxberg - Mora
Fre 28/2	Stafettvasan	90 km	Mora
Fre 28/2	Nattvasan 30, 45 /90 km		Oxberg/Sälen - Mora
Lör 1/3	Vasaloppet 10	9 km	Eldris - Mora
Sön 2/3	Vasaloppet	90 km	Sälen – Mora

Info: **SM i längdskidåkning går 6 – 8 februari i Borås** och ingår i **SM-veckan, vinter 2025**. TV-sändning i SVT.



OL-tävlingar



(mest inomhus)

DECEMBER 2024

Lör 28	FK Herkules / och	Göteborg Indoor etapp 1 Arena: Hotel Lorensberg
Sön 29	/Tolereds AIK	Göteborg Indoor etapp 2 Arena: Rambergsskolan, Hisingen

JANUARI – FEBRUARI 2025

Sön 5/1	OK Alehof.	Ale inomhus etapp 1 o 2 Arena: Ale Kulturrum, Nödinge
Fre 31/1	Göteborg Majorna OK	JanOari-natt Masstart i Jonsered
Lör 1/2	Göteborg Majorna OK	JanOari-medeln Arena: Ruddalen, Västra Frölunda

JanOari-tävlingarna ingår som separata delar i en tränings- och tävlingshelg "JanOari", i Göteborg, 31/1 - 2/2, där även OL-teknik på lördagen och distansträning / patrull på söndagen ingår.

Anmälan och info om OL-tävlingarna på Eventor

Skidläger

Långberget i Värmland

Fredag 3 jan. - måndag 6 januari 2025

Anmälningstiden har gått ut.

Upplysningar : Lars Elfving tel. 070-288 18 76
eller Tomas Nilsson 070-542 88 10

Reservera för februari 2025:

Söndagen den 16 februari för

OK Gipens årsmöte

sa^mt prisutdelning i Kompassen kl.17.00

OL-Träning

Söndagar

Tränings-OL: (Inom Trestadsområdet)

Vinterrace 2025

Etapp 1 Sön 5/1 Herrestads AIF Idrottsplatsen, Undavägen ?

Etapp 2 Sön 12/1 OK Gipen Kompassen

Etapp 3 Sön 19/1 Ljungskile FK Skarsjövädden ?

Etapp 4 Sön 26/1 OK Flundrehof Rödjan, Sjuntorp

Etapp 5 Sön 2/2 Trollhättans SOK

Etapp 6 Sön 9/2 Vänersborgs SK Skidstugan, Vänersborg

Samlingsplats/Arena anges i PM som klubbarna publicerar i Eventor närtävlingar, där även **föranmälan** skall göras, **senast torsdag innan vinterracet.**

Inbjudan, PM, resultat och övrig info finns också i Eventor.

Klasser & banor, gafflade banor (utom lätta), metod anges i PM:

H och D - lång 6-8 km, max blå svårighet.

H och D - mellan 4-5 km, max orange svårighet

H och D - kort 2-3 km, max orange svårighet

H och D - lätt 2-3 km, max vit / gul svårighet

Blandad terräng: Stad, park och skog

Gemensam start, vanligtvis kl. 11.00 (anges i PM)

Banor med gaffling. (ej lätta banan) Metod anges i PM.

Sportident-nummer skall anges i anmälan.

Prisutdelning vid sista etappen, för bästa sammanlagda resultat.

Tisdagar

SAKO-/ Götaälvdalskretsens nattcup

Natt-cupen brukar ha sin början i januari men finns ännu inte (i slutet av dec.2024) med i Eventor. Går vanligtvis på tisdagar, med gemensam start kl.18.00, som då tyvärr sammanfaller med våra egna träningar i Kompassen.

För intresserade av natt-OL: Kolla Eventor närtävlingar.

Veteranorientering *(för alla daglediga)*

Vårprogrammet i Trestad börjar i april. Programförslag kommer på: <http://www.perivarsson.se/vetol3stad.htm>

Göteborgsklubbarna startar redan i januari, och arrangeras (om vädret tillåter) varannan torsdag, jämna veckor.

Start kl.10.30 -11.30

Program finns på GMOK:s hemsida och i Eventor, där PM-information finns och föranmälan skall göras.

9 jan, OK Orinto, Klubbstugan, Rävlanda

23 jan. Lerums SOK Klubbstugan, Härskogen

6 febr. Sävedalens AIK

20 febr. IK Uven, Lindome Klubbstugan, Bunketorp

Träning i Kompassen

Tisdagskvällar .

Löpträningen på blandad väg och skog startar igen den 14 januari.

Medtag pannlampa !

14 jan. Löpträning kl.18.00

21 jan. Löpträning kl.18.00

28 jan. Löpträning kl.18.00

4 febr. Löpträning kl.18.00

Fika i Kompassen efter träningarna

Ungdomsrutan

Träning:

Tisdagar: Träningsaktiviteter i Kompassen

kl.18.00

efter Ungdomssektionens program

Sammanfaller ibland med

T o T- sektionens träning

Se Träning-rutan ovan!

SAKO:s natt-cup

Se spalten intill !

Söndagar : Vinterrace 2025,

tränings-OL i Trestadsregionen

Kort (orange) samt lätt (vit/gul)

banor, 2 -3 km, finns

Se OL-Träning-spalten intill !

OK Gipen arrangerar söndagen den 12 januari vid Kompassen, Ström.



Gott nytt år!