

MÅNADSPROGRAM



Orienteringsklubben Gipen

(Februari -) Mars 2020

OL-tävlingar enligt SOFT:s program

FEBRUARI - MARS

Fre 28/2	OK Pan, Kristianstad	Pan-våren	Natt
Lör 29/2	OK Pan, Kristianstad	Pan-våren	Medel
Sön 1/3	OK Pan, Kristianstad	Pan-våren	Lång
Fre 6	Laholms IF	Kattegattnatt	Natt
Lör 7	Halmstads OK	Hallandspremiären	Medel
Sön 8	OK Lindena, Getinge	Hallandspremiären	Lång
Lör 7	OK Vendelboerne,	Nordjysk 2-dages	Lång
Sön 8	Skagen, Danmark	Nordjysk 2-dages	Medel
Sön 15	Falkenbergs OK	Laxträffen	Lång
Fre 20	OK Skogshjortarna	Hjortnatta	Natt
Lör 21	Göteborgs SK	Brudarbackens sprintstafett	
Sön 22	Stångenäs AIS	Saistrampen	Medel
Fre 27	IK Uven / Fjärås AIK	Göteborgs o Hallands DM-	Natt
Lör 28	IK Uven, Lindome	Uvenmedeln	Medel
Sön 29	Stenungsunds OK		Lång
Sön 29	Ulricehamns OK	Västgötapremiären	Medel

APRIL

Fre 3	Istrums SOK, Varnhem	Västergötlands Natt-DM	Natt
Fre 3	Tolereds AIK	Eriksbergssprinten	Kvälls-Sprint
Lör 4	Tolereds AIK	Tolereds vårtävling	Medel
Sön 5	IFK Göteborg	Västkostlängen	Lång
Tor 9	IK Gandvik, Skara	Häxjakten, Five-O 1	Natt
Fre 10	Lidköpings VSK	Kortfredan, Five-O 2	Sprint
Lör 11	Främmestad/Kullingsh	Öjetrampen, Five-O 3	Lång
Sön 12	Uddevalla OK	Bohuslunken, Five-O 4	Medel
Mån 13	Trollhättans SOK	Vikingaträffen, Five-O 5	Medel
Mån 13	Fjärås AIK/OK Löftan	Snötrampen	Lång
Lör 18	Lerums SOK /Sjövalla	Göteborgsdubbeln	Lång
Sön 19	Lerums SOK /Sjövalla	Göteborgsdubbeln	Medel
Lör 25	OK Alehof	Aleträffen	Medel
Sön 26	FK Herkules, Mölndal	Herkules stordåd	Lång
Sön 26	Gudhems IK	Gudhems vårtävling	Medel

Anmälan till OL-tävlingar

Görs vanligtvis 1 - 2 veckor före aktuell tävling.
Anmäl via Eventor, som nås genom Tävlingskalendern på klubbens hemsida.

O-Ringen, Uppsala, Uppland 20 - 25 juli

Nästa anmälningsstopp är den 1 april.
(ca. 20% lägre pris än ordinarie anmälan)



Längdskidåkning

Kvarstående tävlingar vintern 2020

Vasaloppsveckan:

Tis 25/2	Vasaloppet 45	45 km
Fre 28/2	Stafettvasan + Nattvasan	
Sön 1/3	Vasaloppet	90 km

OL-skytte

Tävlingar: Årets tävlingsprogrammet har ännu inte publicerats. I Eventor finns dock uppgiften:

Fre 24 april	World Cup o Svenska Cupen	Sprint
Lör 25 april	World Cup o Svenska Cupen	Klassisk
Sön 26 april	Svenskt Mästerskap	SM, Stafett

Arr: Tumba-Mälarhöjden OK, TC: Vällinge, Norsborg

Information, Större OL-tävlingar: SM och Swedish League

Lör 4 april	SM Ultralång	Västerviks OK
	+ Swedish League 1	
Fre 17 april	SM, natt-OL	OK Österåker/
	+ Swedish League 2	/Waxholms OK
Fre 8 maj	Swedish L. sen. 3	Roslagen, sprint
Lör 9 maj	Swedish L. jun. 3	Roslagen, medel
Sön 10 maj	Swedish League 4	Roslagen, lång
Lör 30 maj-	SM, sprint	Växjö OK
Sön 31 maj	+ Swedish League 5	

Träning i Kompassen

+ SAKO:s nattcup

Tisdagskvällar

25 febr. Natt-cup, Trollhättans SOK
OBS ! TC: Slätthultsgården, Trollhättan OBS !
Anmälan: Eventor. Gem. start kl.18.00
Avresa från Kompassen kl.17.00

3 mars Natt-OL-träning kl.18.00

10 mars Kurs OL-teknik, "Full koll" kl.18.00
samt Löpträning efteråt
Kom träningsklädd till kursens början !

17 mars Natt-sprint, Ström kl.18.00

24 mars Natt-OL-träning kl.18.00

31 mars Kurs OL-teknik, "Full koll" kl.18.00
samt Löpträning efteråt
Kom träningsklädd till kursens början !

Torsdagar:

Kl. 11.00: Lättgympa

(samlings 10 min. innan) Inga hopp. "Alla" kan vara med.

Veteran-OL i Trestadsområdet startar i april

Öppet för alla daglediga orienterare, oavsett ålder

Onsdagar. Start kl. 10.00 - 11.00

Avresa för Gipare från Kompassen kl.:

1 april	Ljungkile FK	08:45
8 april	OK Gipen	Borydsjön ?
15 april	Uddevalla IS	08:45
23 april	Stenungsunds OK	Ishallen, Stenungsund 08:45
29 april	Trollhättans SK	08:45

Information, PM om samlingsplats, vägvisning etc. samt resultat finns på TSOK:s hemsida och kan länkas från Gipens hemsida.

Veteran-OL i Göteborgsområdet

Hemsida: GMOK

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

5 mars	IF Marin Väst	Slottskogsvallen, Göteborg
19 mars	Lerums SOK	Vattenpalatset, Lerum
2 april	Göteborg-Majorna OK	
16 april	Tolereds AIK	
30 april	IK Uven, Lindome	

Veteran-OL i Skaraborg (POL)

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

26 mars	Ryda SK, Helås
2 april	IK Gandvik, Skara

Närtävling, Orientering

Lördagen den 29 februari, vid Göta bollplan
Göteborg-Majorna OK arrangerar närtävlingen
"SM Sport Vintercup 4" på Högstorpsskartan
Medeldistans. **OBS ! Svart svårighetsgrad.**

Banlängder: 5,5 km, 4,5 km, 3,0 km.

Lottad starttid från kl.11.00

Anmälan. Eventor, närtävl. **senast 26 februari**

Giparen

kommer med årets första nummer i mars.

Stoppdatum för manus sätts till senast den 3 mars, och 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

VÄLKOMNA MED BIDRAG !

Matt-curling i Kompassen

Söndagar: 8 mars, 22 mars och 5 april,

kl. 17.00. Kostnad 30:-/gång för spel och fika.

Ungdomsrutan

Träning i Kompassen:

Se även Träning-spalten intill !

Tisdagar Orienteringsträning m.m.
kl.18.00 enl. U-sektionens program

Tävlingar:

Aktuella tävlingar i vårt närområde:

Sön 22 mars Saistrampen, Brastad - Lysekil

Sön 29 mars Stenungsunds OK, Toröd, Jörlanda
samt **Påsktävlingar 11-13 april.**

Se även under OL-tävlingar på första sidan !

SAKO:s ungdomsserie startar den 28 april.

Vår läger för BDOF-ungdomar

(H/D10 - H/D12 samt nybörjare gul/vit nivå)

Lördagen den 4 april i Uddevalla OK:s klubbstuga

Anm. senast 28/3. Inbjudan finns på OK Gipens hemsida, med länk till UOK:s hemsida.

Vid intresse: Kontakta ungdomsledarna !

