



Aktivitetsskalender rekruttgruppe vår 2019

Dato	Hva	Oppmøtested
23.april	Trening	Ormåsen
25. april	Treningsløp sprint	Årbogen p-plass
30. april	Trening	Ormåsen
2. mai	Treningsløp	Hoensmarka p-plass
7. mai	Trening	Ormåsen
9. mai	Treningsløp	Bermingrudmoen
14. mai	Trening	Ormåsen
16. mai	Treningsløp sprint	Stryken
19. mai	Drammensløpet	Landfalltjern, Drammen
21. mai	Trening	Ormåsen
23. mai	Treningsløp	Årbogen p-plass
28. mai	Trening	Ormåsen
30. mai	Eikerløpet	Grøslanndsetra
4. juni	Trening	Ormåsen
6. juni	Eikermesterskap stafett	Spiten skileik
8.-10. juni	Pinseløp	Lurdalen, Kongsberg
11. juni	Trening, sommeravslutning	Ormåsen
13. juni	Treningsløp	Kølabånn
20. juni	Eikermesterskap sprint	Årbogen p-plass
28.-30. juni	O-festivalen	Larvik

Alle treningene (grønne) har oppmøte ved klubbhuset på Ormåsen, kl 18.00-19.30. Det er tilbud om kveldsmat på klubbhuset etter trening (25,- per pers)

For treningsløp, se eget oppmøtested. Det er fristarttid fra 17.30-19.00 (17.30-18.30 til høsten) Treningsløp er gratis for medlemmer til og med 16 år. Foreldre eller andre som ønsker å starte betaler 20 kr per gang.

Dere som ønsker å starte ordinære o-løp (gule) gir beskjed om dere trenger hjelp med påmelding - det er klasser for alle nivå!