



Aktivitetskalender rekruttgruppe våren & Høst 2022

Dato	Hva	Oppmøtested	Aktivitet	Ansvarlig
Vår 2022				
19. april	Trening	Ormåsen	Oppstart -> introduksjonsark + registrering Fargelek Lite tur kart (poster rundt skolen)	SR: Registrering Fargeleker (print og laminering) Kart + poster (print og laminering)
26. april	Trening	Ormåsen	Leik ved start først (haien kommer) Stjerneorientering - Hvilket kart	Finne lek Kart + poster + tenger
3. mai	Trening	Ormåsen	Leik ved start først O-bingo fra skileiken Liten orienteringstur	
10.mai	Trening	Ormåsen	Terrengløp-test / Linje o-løype	
24. mai	Trening/treningsløp sprint	LoesmoenIdr.Park	Treningsløp på Loesmoen idrettspark	Bare oppmøte
31.mai	Trening	Ormåsen	Søyletur på ormåsen	
2. juni	Trening	Ormåsen	Bakkeløp / på vei ned skattejakt	
7. juni	Trening	Ormåsen	Kjedgeleoreinetering	
14.juni	Trening	Ormåsen	Kartlek Myrfotball	
21. juni	Trening, sommeravslutning	Ormåsen	Konkurranse mot de voksne / avslutning med kake	

Høst 2022				
9.august	Spr 1,5 +2,5 km	Stryken		
16.august	Trening	Ormåsen		
23.august	Trening	Ormåsen		
25.august	EM Individuelt	Hoensvannet		
30.august	Trening	Ormåsen		
6.september	Trening	Ormåsen		
13.september	Trening	Ormåsen		
27.september	Sesongavslutning	Ormåsen		

Alle treningene (gule) har oppmøte ved klubbhuset på Ormåsen, kl 18.00-19.30. Det blir det blir tilbud om kveldsmat på klubbhuset etter trening (25,- per pers/50 kr per familie)

For treningsløp, se eget oppmøtested. Treningsløp er gratis for medlemmer til og med 16 år. Foreldre eller andre som ønsker å starte betaler 20 kr per gang. Løypene henger ute fra torsdag til lørdag, tidtaking/bemannet torsdager kl 17.30-19. 3 ulike løyper(nivå). Mer info: [Treningsløp \(idrettenonline.no\)](https://idrettenonline.no) ,

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