

Årshjul for langrennsgruppa, sesongen 2018-2019

Versjon: 1



Uke	Tidspunkt	Arrangement	Type aktivitet	Hvor	Personell	Ansvar
32	07.08.18	Trening rød gruppe				
34	21.08.18	Oppstart trening blå gruppe				
37	15 - 16/9	KM Rulleski	Renn KM	Tistedal		
39		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
40		HØSTFERIE				
41	11.10.18	Oppstart trening grønn gruppe		Harehjellhytta		Trenere
41		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
42	19 - 21/10	Samling Team Craft	Trening på snø	Torsby		
43	25.10.18	Foreldremøte Grønn og Blå Gruppe		Harehjellhytta		Trenere
43	26.10.18	Basar		Harehjellhytta		
43	27 - 28/10	Samling rød gruppe	Harehjellhytta			
43	27.10.18	Rulleski renn	Rulleski renn	Harehjellhytta		
43		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
	2 - 3/11 2018	Samling blå gruppe	Harehjellhytta			
45	03.11.18	Kvistdugnad		Harehjellen	Så mange som mulig.	
45		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
47	20.11.18	Smørekurs for foreldre	Grunnleggende smørekurs	Harehjellhytta	Trond Svendsen???	
47	23 - 25/11	Familietur - TRØSKEN	Trening på snø + sosialt	Dalseter	Trenere	
47		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
48	6 til 8/12	Kretssamling (for 2006 og eldre)	Trening på snø	Budor		
49		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
50	13.12.18	Juleavslutning ifm trening - grønn gruppe	Nisse og poser	Harehjellhytta	Nisse	
51	20.12.18	Juleavslutning ifm trening - rød og blå gruppe	Grøtservering	Harehjellhytta		
51		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
1		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
2	08.01.19	Skolekarusellrenn	Skirenn 1. - 7. klasse	Harehjellhytta	opptil 50 stk	
3		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
3	15.01.19	Skiskole	Skiskole tom 12år	Harehjellhytta		
3	17.01.19	Klubbmesterskap	Skirenn - klubbens medl	Harehjellhytta	ca 10 stk	
4	22.01.19	Skolekarusellrenn	Skirenn 1. - 7. klasse	Harehjellhytta	opptil 50 stk	
5		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
5	29.01.19	Skiskole	Skiskole tom 12år	Harehjellhytta		
6	05.02.19	Skolekarusellrenn	Skirenn 1. - 7. klasse	Harehjellhytta	opptil 50 stk	
7		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
7	12.02.19	Skiskole	Skiskole tom 12år	Harehjellhytta		
7	14.02.19	Trøskenkrossen ??????	Skirenn	Harehjellhytta		
8		VINTERFERIE				
9	26.02.19	Skolekarusellrenn	Skirenn 1. - 7. klasse	Harehjellhytta	opptil 50 stk	
9		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
11	14.03.19	Null-løp	Skirenn - klubbens medl	Harehjellhytta	Ca 10 stk	
11		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
12		PÅSKEFERIE				
13		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
15		Skiavslutning		Harehjellhytta		
15		Vask av styrkerom, se liste oppslagstavle	Renhold	Harehjellhytta		
18	01.05.19	SA-løpet?	Gateløp	Sarpsborg	langrennsgruppa 10-12 stk	

Terminlistens hovedpunkter langrenn 2018-2019: Oslo skifestival, Holmenkollen 19 - 20 /1 januar (individuelt, mix, jaktstart) Ungdomsstafetten (kretslag-mix-stafett 15-16 år), Holmenkollen ????. februar Ungdommens Holmenkollrenn (13-14 år), 2 - 3 . februar Hovedlandsrenn (15-16 år),Gålå 1-3 mars UngdomsBirken (12-16 år), Sjusjøen/Lillehammer 10. mars Følg også med på terminlisten for Østfold Skikrets: www.skiforbundet.no/ostfold	Norgescup: ????(Senior) ????? Beitostølen (Junior) 05.-07.01.17 NM Senior 31/1 til 3/2 Meråker og del 2 Steinkjer(Junior) 16.-18.02.17 ????(Senior) ????? NM Junior NM del 2, Alta (Senior og finalehelg for juniorene)
--	---