



Innbydelse Åpen O-helg 27.-28.november 2026

I forbindelse med oppstartsamlinger for nye junior- og seniorlandslagsgrupper arrangerer landslagsteamet Åpen O-Helg i Osloområdet med en nattøkt fredag kveld og to sprintøkter lørdag.

Påmelding: Alle økter vil være åpne for løpere fra og med 15 år kommende sesong (2012-årgang) som har plan om å enten løpe hovedløp, norgescup eller NM. Denne begrensningen er gjort av hensyn til praktisk gjennomføring av øktene.

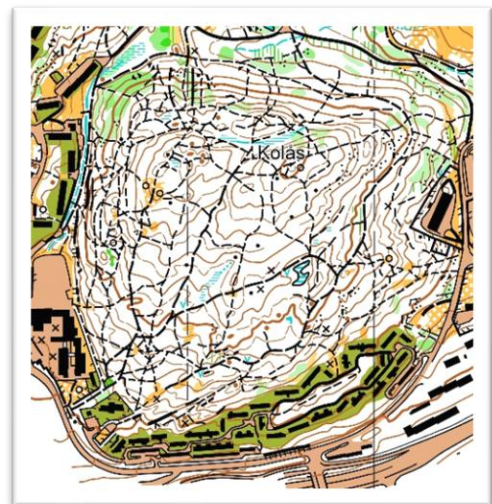
All påmelding til øktene gjøres på ordinær måte i Eventor med påmeldingsfrist tirsdag 24.nov. Vippsbetaling kr 50 for hver økt.

Logistikk og eventuell overnatting ordnes av hver enkelt selv. I utgangspunktet skal det være relativt enkel kollektivtransport med t-bane, trikk eller buss til alle økter. Eventuelle oppholdssteder mellom økter organiseres av hver enkelt selv, og vi har forsøkt å legge øktene på lørdag relativt tett både i tid og sted.

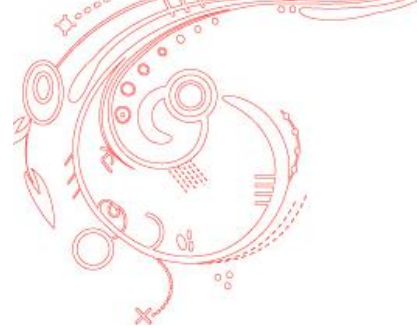
Program (her vil det komme oppdateringer til PM):

- **Nattløp skog fredag kl 17 – Kolås/Tonsenhagen – 5-6 km – Anders Nordberg**
- **Individuell sprint lørdag kl 10 – Nydalen – 5-6 km – Damien Renard**
- **Sprint i par/grupper lørdag kl 14 – Bjølsen – 4-5 km – Anders Nordberg**

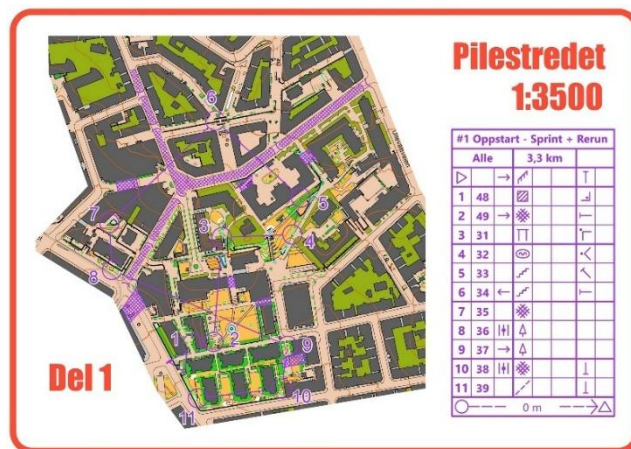
I utgangspunktet vil fredagsøkta og individuell sprint lørdag formiddag ha stemping med EmiTag og resultater.



Informasjon: PM, starttider, resultater, Livelox, oppmålinger på sprintøkter og tilsvarende info blir oppdatert under hver økt i Eventor.



Søndagstilbud?: Dersom det er løpere med lengre reisevei, og som også ønsker et treningstilbud på søndagen, så ta kontakt med Anders Nordberg. Nye landslagsgrupper vil ha en felles o-langtur på søndagen - denne økta, eller annen type økt vil bli mulig å ta, men da uten oss arrangører eller noen fra landslagsteamet til stede.



Kontakt: Anders Nordberg / anders.nordberg@orientering.no

Vi håper å se dere 😊