

Velkommen til O-galla 2026

En kompetansehelg for hele O-Norge

Fra strategi til praksis – vi har kartet, nå løper vi!

**31. okt –
1. nov**

Paneldebatt:

Vi vil bli flere – men tør vi egentlig å endre oss?

Spørretimen live: Finnes det en riktig vei inn i O-idretten?

Gallamiddag med prisutdeling og underholdning!

I år møtes vi på Clarion Hotel Oslo Airport til en minnerik og sosial helg!
Se komplett program på de neste sidene!

Foto: Silvan Schletti

Pakkepriser

Pris

Fredag til søndag (inkl. overnattinger/frokost, dagpakker/lunsj og gallamiddag lørdag)	3419 kr
Lørdag til søndag (inkl. overnatting/frokost, dagpakker/lunsj og gallamiddag lørdag)	2792 kr
Lørdag og søndag (inkl. dagpakker/lunsj og gallamiddag lørdag)	2165 kr
Kun lørdag (inkl. dagpakke/lunsj og gallamiddag lørdag)	1470 kr
Kun søndag (inkl. dagpakke/lunsj)	695 kr
Dobbeltrom er standard. Oppgradering til enkeltrom mot tillegg per natt	427 kr

Merk: Det tilkommer en serviceavgift på 4 % på oppgitt pris.

Klikk her for påmelding

Påmeldingfrist 8. oktober kl. 23.59



**NORSK
ORIENTERING**

TRIMTEX

LIVELOX



SILVA



O-SPORT

Strawberry

Fuel
of Norway

**FEEL
THE GRIP**

RUNES
Ø-UTSTYR
OUTSTYR.NO



**NORDENMARK
Adventure**

ROJFEFELLA

**SWENOR
Rollerskis**
— The Ultimate Ski-Feeling —

Lørdag 31. oktober

09.00

Tilgang til areal

Utfordringer og løsninger.
v/ Miljø- og bærekraftsutvalget

Kart

Kartnormen, kvalitet og
utvikling. v/ Kartutvalget

Medlemsregistrering

Nye krav fra NIF.
v/ NOFs administrasjon

10.00

Velkommen til O-galla

Høydepunkter fra sesongen 2026 og et blick på fremtiden. v/ Øystein Hildeskor og Leif Størmer

10.30

Spørretime live: Finnes det en riktig vei inn i o-idretten?

En eliteutøver – en mosjonist – en parautøver. En tidslinje gjennom deres o-karrierer.

11.45

Rekruttering med BSK-modellen

Hvordan skape gode klubbmiljøer
for barn og unge?
v/ Carl Godager Kaas

Mosjon

Hvordan skape aktivitet og
fellesskap for mosjonister?
v/ Ninni Tornøe Jonsson

Toppidrett del 1

Hvor kommer fremtidens
norske toppseniorer fra?
Veien fra junior til toppsenior.
v/ Toppidrettsledelsen

12.30

Lunsj

13.45

Klubben som fungerer

Frivillighet, fellesskap og kommunikasjon som skaper
engasjement. v/ Klubber som har lyktes



Løperen i fokus

Hvordan bygger vi en sunn trenings- og
konkurranseskultur? v/ Sunn Idrett



@kl_grafi Kristina Lindgren

14.45

Paneldebatt: Vi vil bli flere – men tør vi egentlig å endre oss?

Er o-idretten for lite attraktiv for nye grupper – og er det vår egen skyld?
Helgens mest ærlige samtale om veien videre for o-idretten. Ledes av Jørn Sundby

15.30

Enkel servering

Toppidrett del 2

Oppsummering av del 1 og Toppidrettsplan 2026–2029. v/ Toppidrettsledelsen

17.00

Rogaining

v/ Raumar Orientering

19.00

Quiz

Ledes av Stein Blomseth

20.00

Gallamiddag

Tre-retters middag, underholdning og prisutdelinger. Konferansier Hallgeir Martinsen.

Søndag 1. november

07.30

Social Run

Sleng deg med på en løpetur i nærområdet.

Vi deler i grupper som ledes av Janne Salmi og en landslagsutøver.

08.30

O-messe

Oppdag o-idretten – alt på et sted! • Arrangementer • O-software • Salg av o-utstyr

10.00

Kule arenaer, større opplevelser

Hvordan skape arenaer som gir deltakerne en bedre totalopplevelse? v/ Kristiansand OK og Lillomarka OL

11.00

Riktig aktivitet for riktig målgruppe

Hvordan tilpasser vi tilbudet til ulike målgrupper og skaper aktivitet for flere?

v/ Klubber

12.00

Lunsj

13.00

Arrangement som rekrutteringsarena

Hvordan kan arrangementene våre bidra til nysjerrighet og nye o-løpere?

v/ Jan Arild Johnsen og Jørn Sundby

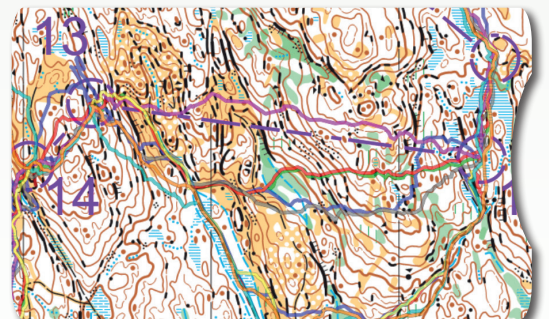
God løypelegging

Riktig vanskelighetsgrad for barn og ungdom. v/ Rune Christiansen

Christiansen

Forstå løpet ditt bedre med LiveLox

Bruk LiveLox til bedre innsikt, læring og mestring. v/ LiveLox



14.00

Fra ord til handling!

Vi knytter kompetansehelgen sammen og kommer med tips og tanker om hvordan strategi og helgens diskusjoner kan omgjøres til handling. Vi har kartet, nå løper vi! v/ Hallgeir Martinsen

14.45

Vel hjem!

TRIMTEX

LIVELOX

enit

SILVA



O-SPORT

Strawberry

Fuel
of Norway



**FEEL
THE GRIP**

RUNES
O-UTSTYR
OUTSTYR.NO

MADSHUS

**NORDENMARK
Adventure**

ROJFEFELLA

**SWENOR
Rollerskis**
— The Ultimate Ski-Feeling —