

KALENDARIUM VOK 2010

MARS

APRIL

| | | | | | |
|----|---------|--|----|---------|---|
| 1 | Måndag | | 1 | Torsdag | |
| 2 | Tisdag | 18.30 skidträning, VOK-stugan | 2 | Fredag | Motions-OL 1, Påskriset, Hansa-Hoburg |
| 3 | Onsdag | | 3 | Lördag | OL-tävlingar i Växjö |
| 4 | Torsdag | | 4 | Söndag | OL-tävlingar i Växjö |
| 5 | Fredag | | 5 | Måndag | OL-tävlingar i Växjö Motions-OL 2, Garda IK |
| 6 | Lördag | | 6 | Tisdag | 18.00 Löpträning, VOK-stugan |
| 7 | Söndag | 10.00 skidträning, VOK-stugan Vasaloppet | 7 | Onsdag | |
| 8 | Måndag | | 8 | Torsdag | |
| 9 | Tisdag | 18.30 skidträning, VOK-stugan | 9 | Fredag | |
| 10 | Onsdag | | 10 | Lördag | 10.00 Tränings-OL, VOK-stugan |
| 11 | Torsdag | | 11 | Söndag | 10.00 Skogis Cup 2, Liffride Stånga |
| 12 | Fredag | 17.30 VOK:s tjejräff, VOK-stugan | 12 | Måndag | |
| 13 | Lördag | | 13 | Tisdag | 17.45 Orienteringskurs, tränings-OL, VOK-stugan |
| 14 | Söndag | 10.00 skidträning, VOK-stugan. Nattcup orientering, Bro OK | 14 | Onsdag | |
| 15 | Måndag | | 15 | Torsdag | |
| 16 | Tisdag | 18.30 skidträning, avslutning, VOK-st | 16 | Fredag | Natt i Natta, Tofta |
| 17 | Onsdag | 18.00 "Unga ledarutb", VOK-stugan | 17 | Lördag | Broruset, sprint, Kneippbyn |
| 18 | Torsdag | | 18 | Söndag | Suderträffen, Lojsta |
| 19 | Fredag | | 19 | Måndag | |
| 20 | Lördag | | 20 | Tisdag | 17.45 Orienteringskurs, tränings-OL, VOK-stugan |
| 21 | Söndag | | 21 | Onsdag | 18.00 "Unga ledarutb", VOK-stugan |
| 22 | Måndag | | 22 | Torsdag | Motions-OL 3 är KM natt, SvaideRoma |
| 23 | Tisdag | 18.00 Löpträning, VOK-stugan Styrelsemöte | 23 | Fredag | SM natt. Äldre ungdomar åker på läger till OK Hällen |
| 24 | Onsdag | 18.00 "Unga ledarutb", VOK-stugan | 24 | Lördag | Länsmatch Kalmar – Gotland (Traneträffen) |
| 25 | Torsdag | Nattcup orientering, VOK | 25 | Söndag | Stigtomtakavlen. Skogis Cup 3, Smaulmyrar, Alskog |
| 26 | Fredag | Stopp för bidrag till "Svettbladet" | 26 | Måndag | |
| 27 | Lördag | "Unga ledareutbildning". | 27 | Tisdag | 17.45 Orienteringskurs, tränings-OL, VOK-stugan |
| 28 | Söndag | "Unga ledareutbildning". 10.00 Skogis Cup 1, Malmgard Stånga | 28 | Onsdag | Styrelsemöte |
| 29 | Måndag | | 29 | Torsdag | Motions-OL 4, VIF Gute |
| 30 | Tisdag | 18.00 Löpträning, VOK-stugan | 30 | Fredag | |
| 31 | Onsdag | 18.00 "Unga ledarutb", VOK-stugan | 31 | | |

INFO

Orientering: Tisdagen den 13 april startar vårens ungdoms och vuxenkurs. Samtidigt finns träningsbanor för övriga. Soppa serveras efteråt till självkostnadspris.

Motions-OL: Motions-OL genomförs som träningar fördelade mellan alla klubbar. Motions-OL är gratis för ungdomar t.o.m 16 år, 40:- kr för 17 år och äldre, (betalas av den enskilde). Första är den 2 april.

Skogis Cup: Garda IK arrangerar ett antal motionsorienteringar, kallad Skogis Cup. Kostnad är 20:- tom. 19 år – från och med 20 år 40:- kr. Kolla, www.idrottonline.se/gotland/gardaik-orientering

När vintern släpper sitt grepp är svårt att veta – det innebär att planerad verksamhet kan komma att revideras. Detta kalendarium kommer att ligga på VOK:s hemsida (Visborgsok.se) under "kalendarium", samtidigt håller vi på att arbeta in en "kalender" på hemsidan som skall kunna hållas dagsaktuell och kanske från och med juli kommer endast denna "kalender" att finnas som information.

Svettbladet: Stoppdatum för bidrag till VOK:s klubbtidning "Svettbladet" är fredagen den 26 mars, skicka helst bidrag med mail till: bjorn.fransson@telia.com. Bidrag går även att lämna på annat sätt.