

## Program för Lunds OKs ungdomar höst 2024

Datum	Tid	Aktivitet	Samling
<b>Augusti</b>			
Fr 16 - Sö 18		SKOF tävlingsresa: GM (13-16 år)	
Ti 20	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Poängjakt	Stallet
To 22	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Lö 24		<b>Viktig tävling: Ungdomsserie samt DM medel. Lunds OK arrangerar, ställ upp som funktionär!</b>	
Sö 25		Tävling: DM stafett. Endast HD10-12 får delta eftersom Lunds OK arrangerar, ställ upp som funktionär och spring öppen bana!	
Ti 27	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: OL-bana, kontrollplock	Genarp, Risen
To 29	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Fre 30 - Sö 1		Träningsläger för alla nivåer	Halmstad
To 29 - Må 2		SKOF tävlingsresa: USM 15-16 år (13-14-åringar ev reserv)	
Sö 1		Tävling: FK Åsen	
<b>September</b>			
Ti 3	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Landslagslägerbanor (mentorskapsträning)	Romeleåsen, Kullatorpet
To 5		Klubbmästerskap, sprint	Södra Sandby
Lö 7		Septembersprinten med Elsa, Julia och Signe	Lund
Sö 8		<b>Viktig tävling: Ungdomsserie, Ringsjö OK</b>	
Ti 10	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Höjdfokus	Bokskogen
To 12	18:30	Orienteringsträning för vit grupp + föräldramöte Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Lö 14		Tävling: Gyngetrampen, OK Gyng	
Sö 15		<b>Viktig tävling: Ungdomsserie och DM lång, Hässleholms OK</b>	
Ti 17	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kontrolljakt, definitionsträning	Skrylle
To 19	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Skrylle
Sö 22		Tävling: Fyrklubbs, Hästveda OK	
Ti 24	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Stafett-träning	Romeleåsen, Jävan
To 26	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Skrylle
Lö 28 - Sö 29		<b>Viktig tävling: Älgots cup med övernattnin, Örkelljunga FK</b> Tävling: Ungdomsstafetten, Örkelljunga FK	

<b>Oktober</b>			
Ti 1	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Landslagslägerbanor	Skrylle, Elins äng
To 3	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	St Hans backar
Sö 6		Tävling: DM, ultralång, Stigmännen	
Ti 8	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kompass eller VM-sprint	Skrylle eller Lund
To 10	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Fr 11 - Sö 13		Klubbresa: 25-manna (ungdomsledare deltar), Stockholm	
Ti 15	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Korridor-OL	Genarp, Risen
To 17	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Fr 18		Tävling: Revinge by night, Lunds OK	
Lö 19		LOK arrangerar Hedjakten. Ställ upp som funktionär. Ungdomar kan delta i tävlingen (inte bekräftat)	
Ti 22	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Fönster-OL (mentorskapsträning)	Skrylle
To 24	18:30	Orienteringsträning för vit grupp Löpträning för alla från ca 12 år (även vuxna)	Stallet
Ti 29	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Höstlov, OL-bana	Stallet
To 31		Höstlov: Egen träning	
<b>November</b>			
Fre 8 - Sö 10		O-Event Borås: Klubbresa för ungdomar	
Schema för vintern kommer senare, fortsatt träning tisdagar och torsdagar			

Håll koll på Eventor och Lunds OKs Facebook-sida för eventuella ändringar  
Har ni frågor? Kontakta någon av oss ungdomsledare eller skicka e-post till [ungdom@lundsok.se](mailto:ungdom@lundsok.se)

Ungdomsledare:

**upp till 12 år**

Catarina Hjelm 0736-213809  
Hanna Fors 0735-686111  
Karin Ringström 070-4753437  
Liza Lang 0708-234633  
Maria Fors 073-7440360  
Tereza Planck 073-3873399

**13-14 år**

Lars Harrie 070-2280967  
Marie Borggren 070-3029246  
Mats Erikson 070-2423038

**15-16 år**

Caroline Ehrenborg 0709-260062  
Ingrid Karlsson 0730-331166  
Janne Petersen 0728-625926