



Program för Lunds OKs Ungdomar - hösten 2026

Datum	Tid	Aktivitet	Samling
Augusti			
Ti 11	17:00	Malmö Parkorientering	Bulltofta, MPOL E8
Ti 18	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Tennis-OL	Stallet
To 20	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Stallet
Sö 23	Se eventor	Ungdomsserien, Malmösprinten (Malmö OK)	Malmö
Ti 25	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Par-OL kartminne sträckplanering. OBS Mentorskapsträning	Bokskogen
To 27	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Stallet
Lö 29 - Sö 30	Se eventor	DM läger (medel + stafett; Frosta OK + Stigmännen Karlshamn OK)	Se mail
September			
Ti 1	18:00	Kretsträning hos OK Kontinent: Kontinent Park Tour etapp 3,	Vellinge
To 3	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Stallet
Fre 4	Se eventor	DM natt FK Boken - nattävling som kan ge poäng till ungdomsserien	Perstorp
Sö 6	Se eventor	Ungdomsserie: DM lång (OK Silva, Rävetofta OK)	Klåveröd
Ti 8	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: OL-bana definitionsträning	Skryllegården
To 10	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Stallet
Fre 11 - Sö 13	Se eventor	15-16 år: USM (sprint, lång, stafett)	Enköping
Sö 13	Se eventor	Tävling: Vildmarksfejden (FK Göingarna)	Immeln
Ti 15	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kontrolljakt definitionsträning Kretsträning hos LOK	Genarp badet
To 17	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Skryllesjön
Sö 20	Se eventor	Ungdomsserie, Oppmannamedeln (Härlövs IF)	Barum (vid Ivösjön)
Ti 22	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Slingor, olika moment	Romelåsen Svartedamm
Ons 23	TBD	Kretsträning hos Frosta OK	TBD
To 24	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	St Hans backar
Sö 27	Se eventor	Tävling: Fyrklubbs (Hässleholms OK)	Hässleholm
Ti 29	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kompass-stjärna	Stallet
Oktober			
To 1	TBD	Kretsträning hos OK Silva	TBD
Lö 3 - Sö 4	Se mail	Älgots cup + Ungdomsstafett (Hjärnarsp OL)	Ängelholm
Ti 6	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Linje-OL trafikljus	Torna Hällestad skjutbana
To 8	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Skryllegården
Fre 9 - Sö 11	Se eventor	Breddresa: 25-manna	Stockholm
Ti 13	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kompass med uppfångare bakom. OBS Mentorskapsträning	Skryllegården
To 15	18:30	Orienteringsträning VIT grupp samt löpträning för övriga	Stallet
Lö 17	Se eventor	Tävling: Hedjakten (Lunds OK)	Revingehed
Ti 20	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Kartminne	Stallet
To 22	TBD	Kretsträning hos Ringsjö OK för 12 år, 13-14 år och 15-16 år Orienteringsträning för vit grupp: Säsongsavslutning	TBD Stallet
Fre 23 - Sö 25	Se eventor	15-16 år: Baltic junior cup i Halland	Halland
Ti 27	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Labyrint-OL	Stallet
November			



Datum	Tid	Aktivitet	Samling
Ti 3	18:00	Nattcup	Järavallen
To 5	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1) OBS Fäladsskolan i Lund!	Fäladsskolan
Fre 6 - Sö 8	Se eventor	Tävlingshelg: O-event (OBS! ingen organiserad klubbresa)	Borås
Ti 10	18:00	Nattcup	Stallet
To 12	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan
Sö 15	Se eventor	Tävling: Höstrusket i Örkelljunga (Örkelljunga FK)	Örkelljunga
Ti 17	18:00	Nattcup	Lund, Stadsparken
To 19	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan
Lö 21	TBD	Kretsträning hos Malmö OK	TBD
Ti 24	18:00	Nattcup	Genarp Risen
To 26	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan
Lö 28	Se eventor	Tävling: Helsingborg Indoor	Helsingborg
December			
Ti 1	18:00	Nattcup	Bokskogen
To 3	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan
Ti 8	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Bränn-OL	Stallet
To 10	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan
Ti 15	18:00	Orienteringsträning för <12 år, 13-14 år och 15-16 år: Julavslutning	Stallet
To 17	18:30	Träning för alla åldrar. Mer info se nedan (1)	Fäladsskolan

1) Torsdagsträning för alla. Start **kl 19.00**, Fäladsskolan, Lund.

Yngre barn (upp till ca 11 år): Tränar mestadels inomhus, orienteringsövningar varvas med lek, löpning och lite annat

Ungdomar från ca 12 år och vuxna: Löpträning

Styrketräningen inne börjar ca kl 20.15, Fäladsskolan

Håll koll på Eventor och Lunds OKs Facebook-sida för eventuella ändringar.

Har ni frågor? Kontakta någon av oss i ungdomskommitten

Ungdomsledare:	upp till 12 år	15-16 år	Vit grupp
	Hanna Fors 0735-686111	Caroline Ehrenborg 0709-260062	Marie Borggren 070-3029246
	Karin Ringström 070-4753437	Tereza Planck 073-3873399	Mats Eriksson 070-2423038
	Fred Johansson 076-8388572		Lars Harrie 070-2280967
	Maria Fors 073-7440360		Anton Drott 072-4451353
	13-14 år	Löpträning	Amjad Almoustafa 072-2773212
	Liza Lang 0708-234633	Janne Petersen 0728-625926	
	Mattias Wester 073-7383063		