

Månadsblad för Stenungsunds OK, 1 apr - 15 maj 2013

Adress till hemsidan: <http://www8.idrottonline.se/StenungsundsOK>

Läs mer om tävlingarna på Eventor!

Datum			Start
1 april	Trollhättans SOK, 3 km sydväst Trollhättan	Medeldistans	10. ⁰⁰
1 april	Fjärås AIK, Jorred	Långdistans	10. ⁰⁰
5 april	OK Skogshjortarna,	Natt-OL	21. ⁰⁰
6 april	FK Herkules,	Medeldistans	11. ⁰⁰
7 april	IK Uven, Hällesåker	Långdistans	10. ⁰⁰
14 april	Publiktävling SM Bertshult	Ultralång Medeldistans	10. ⁰⁰
20 april	Egen tävling Ödsmåls IP	Långdistans	10. ⁰⁰
21 april	Publiktävling SM-Sprint Chalmers	Sprint	9. ¹⁵
27 april	IK Rigor Långenäs	Medeldistans	13. ⁰⁰
27 april	Tibro OK Rankås fritidsområde	Långdistans	12. ⁰⁰
28 april	IK Rigor Långenäs	Långdistans	10. ⁰⁰
28 april	Tibro OK Rankås fritidsområde	Medeldistans	10. ⁰⁰
1 maj	OK Stigsökarna och BDOF:s ungdomstävling Norra Bengtsfors	Medeldistans	11. ⁰⁰
5 maj	IK Ymer	Medeldistans	Ingen inbjudan ännu
10 maj	OK Skärmens 2-manna	Medeldistans	20. ¹⁵
12 maj	OK Orinto Frossa	Medeldistans	10. ⁰⁰
12 maj	Åmåls OK	Medeldistans	Ingen inbjudan ännu

Torsdagsträningar vid stugan på Furufjäll startar 11 april kl 18. Det blir passande OL-träning för alla nivåer. Några avvikelser: To 25 april är träningen på nya kartan vid Timmervik (Lennart Börjesson). To 9 maj ingen träning på Kristi Himmelfärdsdag.

SOKs OL-tävling 20 april kommer att ha tävlingscentrum vid Ödsmåls IP. Första start kl 10.00. Arbetskvällar organiseras av respektive grupp. Tävlingsledare är Jan Hansson.

Provlöpning av tävlingsbanor är nästa gång torsdagen **4 april**. Start från kl 17 vid grusplan Ödsmåls IP. Alla SOKare äldre än 12 år välkomna.

Idrottsskolan kommer vi i år att genomföra **29 april till 29 maj**. Må - ons varje vecka som ej krockar med helg. Detaljerat program distribueras separat.

Förberedelsemöte för alla ledare måndagen **22 april kl 18.30** vid stugan.

BDOF ungdomsserie börjar **1 maj** på **Stigsökarnas** tävling. Anmäl Dig på Eventor eller prata med någon ungdomsledare.

SAKO-serien för ungdomar börjar tisdagen **7 maj** hos **Vänersborgs SK**. Det följer fler tävlingar på tisdagar i maj. Kontakta Christina Liljeqvist 0738 286 316 om Du vill vara med.

Ol-kommittemöte i stugan måndag **8 april** kl 18.30

Styrelsemöte söndag 5 maj kl 18.⁰⁰ i stugan.

Input till nästa månadsblad omfattande 1 maj -15 juli senast 26 apr till Catharina Winberg, tel 0303-69831 eller e-mail: anirattack@live.se

