

AOK OL-sektionens verksamhetsplan för 23.

För nationella tävlingar hänvisar vi till tävlingsprogrammet på Eventor. AOK står för anmälningsavgiften till dessa tävlingar, dessutom är det reseersättning till tävlingar i Småland o Östergötland och till Tjustalliansens arrangemang. Samåkning!!!

Några i "närheten" : 9-10/4 Växjö- Kolmårdsdubbeln, 15-16/4 Swedish League Hammarkinds OK, 22-23/4 Sydsvenska Mästerskapen Eksjö SOK, 29-30/4 Nybro OK, 6-7/5 Kalmar OK Torsås, 14/5 OK Eken 3/7 Tjustsprinten AOK, 4-5/7 Tjust 2dagars VO

19-20/8 Bauertrampet Jönköpings OK, 26/8 Nässjö OK, 27/8 Målilla OK, 2/9 DM medel Norrvirdarna 16/9 Ålems OK, 17/9 Aneby OK, 23/9 DM natt IKHP, 24/9 DM lång Grännabygdens OK

AOKs verksamhet :

VÅREN:

Motions-OL: 3 banor ca 2-3-4 km Torsdagar 13/4, 20/4, 27/4. Tid o plats senare .Se hemsida o Facebook

Ungdom OL-träning (kurs) Måndagar 3/4 , 17/4, 24/4 , Tid o plats senare. Se hemsida o Facebook

HÖSTEN :

Motions-OL: Torsdagar : 17/8, 24/8, 31/8 Tid o plats senare. se ovan

Ungdom OL-träning (kurs) Måndagar: 14/8, 21/8, 28/8 Tid o plats senare. se ovan

AOKveteranerna OL i Ankarsrum 27/4 o 21/9

Tjustalliansens Ungdomsserie :

Tisdagar

2/5 VO

9/5 GOK

16/5 AOK

29/8 VO

5/9 AOK

12/9 GOK Avslutning U-serie o prisutdelning

Tjustmästerskap:

Ti 28/2 Natt i samband med Nattcup VO

Ons 31/5 Tjuststafett GOK

Ti 5/9 Dag AOK i samband med Ungdomsserien enl. ovan