



# Terminliste lokale og regionale løp

## O-sesongen 2019

Sjekk hjemmesida jevnlig for mer info: [www.os-idrettslag/orientering.no](http://www.os-idrettslag/orientering.no)

DATO	LØP/ARRANGEMENT	STED	TIDSPUNKT
25. april	NØK Sprintcup 1	Alvdal	18.00
1. mai	NØK Sprintcup 2	Vingelen	
4. mai	NØK Sprintcup 3 - Finale	Tynset	
8. mai	Sesongåpning Kick off	Nye Barnehage	18.00
12. mai	O-Stafesten	Vingelen IL	
15. mai	Verdens o-dag + treningsløp	Litjmyrmoen	Skoledagen + kveld
18. -19. mai	O-troll-/Monsterleir (10 -12 år og 13 -16 år)	Tron Ungd.senter Tynset – Kvikne IL	Info senere
23. mai	NØK-Karusell 1	Nansen IL	
24. mai	Bygdakamp 1 / Verdens O-dag	Tolga/Vingelen	18.00 – 19.30
30. mai	NØK-Karusell 2	Folldal IF	
31. mai, 1.– 2. juni	Uttakningsløp jr VM Publikumsløyper <a href="https://eventor.orientering.no/Documents/Event/18403/1/Innbydelse">https://eventor.orientering.no /Documents/Event/ 18403/1/Innbydelse</a>	Røros (31. mai), 1. og 2. juni: Svarthølmoe i Nørdalen (Os IL)	10.00 – 14.00 (1. juni) 10.00 – 13.00 (2. juni)
5. juni	Orienteringsopplæring fra O- Forbundet	Os Skole	Skoletid
10. juni	Finn fram-dagen Stolpejakt, Tur-O og Råtass	Os, Abbotjønna	12.00 – 14.00
13. juni	NØK-Karusell 3	Kvikne IL	18.00
18. juni	Bygdakamp 2	Os	18.00 – 19.30
5. - 7. juli	Sommerløpene	Røros/Os/Dalsbygda	
2. – 7. august	Hovedløpet O-landsleier	Tynset	
. august	Kommunemesterskap	Nansen IL	18.00
21. august	NØK-Karusell 4	Ålen IL	18.00
23. – 25. aug	MNM	Stjørdal-Blink IL	
28. august	Bygdakamp 3	Røros	18.00 – 19.30
5. sept	Stjernestafett	Os, TOS Arena	18.00
11. sept	NØ-mesterskap	Røros	18.00
13. sept	Bygdakamp 4/Finale	Nansen, Dalsbygda	18.00 – 19.30
3. okt	Nattløp Nansen		

Grønn: lokale løp. Lys lilla: regionale løp. Grå: nattløp. Hvit: regiontrening. Gul: større løp.

Alle O-løp på terminlista teller med på aktivitetskort!