

## Träningar 2024

Vecka	Dag	Tid	Plats	Vad	Utsättning	Inplocka	Start/Mål	Banläggare	Fika	
38	tis	17 sept	18.00	Sjöbo camping	OrienteringTeknikslingor	Clara/Micke	Jonathan	Oscar	Oscar	Härwell
38	ons	18 sept	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
38	tor	19 sep	18.00	Klubbstugan	Löpträning			Oscar		
39	tis	24 sept	18.00	Maglehems ora	Orientering Teknik	Bertil E	Ola	Janne G	Jonas	Eva G
39	ons	25 sep	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
39	tor	26 sep		Ingen träning	Förberedelse äppelmarknad					
40	tis	1 okt	18.00	Haväng	Orientering	Polarna	Alla	Polarna	Polarna	
40	ons	2 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
40	tor	3 okt	18.00	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			Lise/Alfred		
41	tis	8 okt	18.30	Klubbstugan	Nattorientering					
41	ons	9 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
41	tor	10 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			Lise/Alfred		
42	tis	15 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
42	ons	16 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
42	tor	17 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			Lise/Alfred		
43	tis	22 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
43	ons	23 okt	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
43	tor	24 okt	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			Lise/Alfred		
44	tis	29 okt	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
44	ons	30 okt			Inget bad pga höstlov					
44	tor	31 okt	18.30	Klubbstugan	Löpträning/Rullskidor			Lise/Alfred		
45	tis	5 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
45	ons	6 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
45	tor	7 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/Löpträning			Lise/Alfred		
46	tis	12 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
46	ons	13 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
46	tor	14 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning			Lise/Alfred		
47	tis	19 nov	18.30	Klubbstugan	Nattcup			Clara		
47	ons	20 nov	18.30	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
47	tor	21 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning			Lise/Alfred		

48	tis	26 nov	18.30	Klubbstugan	Prisutdelning med glass			Ingela		
48	ons	27 nov	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
48	tor	28 nov	18.30	Klubbstugan	Rullskidor/löpträning			Lise/Alfred		
49	ons	4 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
50	tis	10 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
51	tis	17 dec	19.15	Tomelilla	Bad på Österlenbadet			Anita		
52	ons	25 dec	10.00	Jullöp						ALLA

OBS! Ändringar kan uppstå, håll utkik på hemsidan./ Träningskommittén

Ingen planerad träning i december men spontana upprop på hemsidan är alltid välkommet.