



Træningsplan august-oktober 2024



Den postindsamler der er markeret med **fed** er ansvarlig for postindsamlingen: altså at få fordelt posterne mellem indsamlerne og sikre at alle poster er kommet ind. Postindsamlingen starter senest kl. 19.30. Bliver du forhindret i at samle poster ind, er det din egen opgave at finde en afløser. Brug gerne vores facebookgruppe: Orienteringsklubben Gorm.

Dato	Skov	spisning	Moment	Banelægger	postindsamlere
22.7 – 3.8	Gødding Skov		Printselvtræning Hold øje med hjemmesiden.	Rasmus Ravn	Arrangeres af Rasmus
6.8	Jelling skov		Løb på faste poster	Heidi	Det bliver der ikke brug for
13.8	Jelling skov	Der er aftensmad efter træningen (tilmelding på Gormevent)	Almindeligt oløb	Poul Erik	Martin , Viorica, Palle, Peter, Ole
20.8	Grundet		Højdekurver	Toke	Tobias , Nete, Jørgen, Sven Erik, Inger B.
27.8	Jelling skov	Der er aftensmad efter træningen (tilmelding på Gormevent)	Afstande og skridt	Jørgen	Leif , Marianne, Annett, Søren Grøn, Toke
3.9	Hastrup		Stafettræning	Claus	Stig , Ove, Heidi, Henrik og Lisbeth.
Søndag 1.9	Vi skal kæmpe for oprykning til 1. division. Alle kan hjælpe i kampen uanset erfaring og konditionsniveau. Dysten foregår på Trelldenæs v. Fredericia. Tilmelding via o-service eller til Poul Erik.				
10.9	Nørlund Plantage		Klubmesterskab	Herning OK	Herning OK
17.9	Jelling	Der er aftensmad efter træningen. (tilmelding på Gormevent) Efterfølgende er der klubaften.	Afstande og finorientering	Stig	Marianne , Claus, Bente, Hans-Chr. R-H. Iver og et antal døtre?
24.9	Tykhøjet		Afstande og finorientering	Jacob	Dorthe , Alf, Inger J, Søren Germann, Jens Chr. L
Søndag d. 29.9	Gorm arrangerer stævne i Gyttegård	Meld dig gerne som hjælper, og når der ikke er brug for flere hjælpere, er du meget velkommen til at tilmelde dig løbet.			
1.10	Engelsholm		Korthusk	Steen	Kristian Ø , Julie Føns, Gunnar, Tobias, Ole.



Træningsplan august-oktober 2024



8.10	Sprint i Jelling med start og mål fra Bredagerskolen.	Der er mulighed for bad på Bredagerskolen. Efter træningen er der mad på Bredagerskolen.	Sprint	Per	KK, Poul Erik, Martin, Bente, Jacob
Uge 42	Klubtur til Göteborg i Sverige. Tilmelding på Gormevent.				