

Orienteringstrænings program for hele 2010 sæson

April	Maj	Juni	Juli	August	September
1	1	1	1AMO GM	1	1
2	2	2	2AMO Midnightløb	2M Frederik	2
3	3M Karen Else by	3	3AMO Fest	3	3
4	4	4	4	4	4 Stafetløb
5	5	5 Kort træning kl15:00	5M Postsamling AMO	5	5
6	6	6	6	6	6M Malene Looqi
7	7	7M Pia Thora	7	7	7
8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9M Ria Finn	9
10	10M Ole Thrine by	10	10 Cecieløb	10	10
11	11	11Kangia Race 3	11	11	11
12M Pia Flemming by	12	12Kangia Race dages	12M Naja Hansinguaq	12	12
13	13	13Kangia Race løb	13	13	13M Naja Habermann
14	14	14M Pia Flemming	14	14 Fimaløb	14
15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16M Bernhardt	16
17	17M John Lisbeth	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18
19M Pia Flemming by	19	19 Kompastræning	19M Pia David	19	19
20	20	20	20	20	20M Pia Susie
21	21	21M Pia Nationaldag	21	21	21
22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23M Bymesterskab	23
24	24M Nuunu Niels	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25
26M Rigmor Ukati by	26	26	26M Martha og Jørgen	26	26
27	27	27	27	27	27M Frit ????
28	28	28M Lars Johna	28	28	28
29	29	29	29	29	29
30	30	30 AMO introløb(point)	30	30M Ole Thrine	30
	31MPia Malik Svendsen		31	31	

Orienteringstrænings program for hele 2010 sæson

Disse navne som står i programmet, skal selv bytte med hinanden hvis dagen ikke passer til dem.

Korttræning skal foregå ved den gamle kirkegård husk kompas der.

Kompas træning start på skolen og slutte i naturen

Der hvor der står by, der er bedst at det er i byen man løber for der er for meget sne ude i naturen, hvor det er svært at orienterer sig.

Kangia Race er en 3-dagesløb med overnatning.

AMO er Arctic Midnight Orienteering internationalt løb hvor andre lande er med, onsdag er pointløb, torsdag er Grønlandsmesterskab, fredag kl. 24:00 den ekstreme løb, lørdag festen.

Nationaldag bliver for hele byen

Bymesterskab er for hele byen.

Lars og Johna afskedsløb

Husk nu at tage skiftetøj/Sko med når I kommer til træning.

Husk også at tage et ur med til hver træning.

Husk at tage drikke med.

Vi glæder os meget til sæsonen.