**Årsplan Randers OK. 2017.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Dato | Aktivitet | Hvor? | Hvem? | **Andet?** |
| Lø. 14/1 | Nytårsløb | Mariager | MFJOK | Åbent løb |
| Sø.22/1 | Træningsløb | Ålum | ROK1 | Start kl.11.00 |
| Lø. 4/2 | Nytårsappel | Klubhuset | ROK | Start kl.12.30 |
| Lø. 4/2 | Generalforsamling | Klubhuset | ROK | Start kl.15.00 |
| Lø.25/3 | Træningsløb | Hou Skov | MFJOK |  |
| On. 29/3 | Træningsløb | Katholm | OK Djurs | Start kl. 18.00 |
| Sø. 2/4 | Vårsprinten | Silkeborg | SOK | B løb |
| On. 5/4 | Træningsløb | Hvalskov | OK Djurs | Start kl.18.00 |
| Sø.9/4 | 1 div. match | Fussingø | ROK | Alle hjælper! |
| 13/4-15/4 | Påskeløb | Tvorup Ø | MFOK | Overnatning! |
| O.19/4 | Byløb | Randers C | ROK2 | Randers Real |
| O. 26/4 | Byløb | Randers C | ROK3 | Randers Real |
| O.26/4 | Træningsløb | Ahl | OK Djurs | Start kl. 18.00 |
| Lø.29/4 | Træningsløb | Hobro Ø.sk. | MFJOK | Find vej i |
| O.3/5 | Træningsløb  | Låenhus | MFJOK |  |
| O. 3/5 | Træningsløb | Sletterhage | OK Djurs | Start kl. 18.00 |
| Sø. 7/5 | 3 div. match | Silkeborg | SOK | Gudenådyst |
| O. 10/5 | Træningsløb | Fussingø | ROK4 | Begynderinstr.+mad |
| O. 17/5 | Træningsløb | Ålum | ROK5 |  |
| Sø.21/5 | Åbent løb | Wild West | ? | Løb på gl.kort |
| To.25/5 | Kristihimmelfartsløb | Århus | PAN ungdom |  |
| O. 31/5 | Træningsløb | Hjermind | ROK6 |  |
|  O.7/6 | Træningsløb | Hvalskov | OK Djurs |  |
| Lø.17/6 | Træningsløb | Hesselholt | MFJOK |  |
| O.21/6 | Træningsløb | Fussingø | ROK7 | Sct.Hansløb +grill |
| On.9/8 | Træningsløb | Basland/Ørbæk | OK Djurs |  |
| Ti.15/8 | Byorientering | Randers C | ROK | festugeløb |
| O.16/8 | Træningsløb | Skramsø/Fruerl. | OK Djurs |  |
| O.23/8 | Træningsløb | Hanehøj | MFJOK |  |
| O. 30/8 | Træningsløb | Løvenholm | ROK 8 |  |
| 2/9+3/9 | Åbne løb | Rold | Rold | Rold 2-dages |
| Lø.9/9 | Træningsløb | Alstrup Krat | MFJOK |  |
| Sø.17/9 | 3 div.match | Svinkløv Ø | Ålborg |  |
| Lø.23/9 | Træningsløb | Hjermind | ROK9 | +mad |
| Sø.1/10 | Op/ned 2-3 div. |  | Karup |  |
| Lø.7/10  | Træningsløb | ? | ROK | Åben - |
| Lø.14/10 | Træningsløb | Hobro Ø.sk. | MFJOK |  |
| Lø.21/10 | Stafetløb- | ? | MFJOK | Efterårsstafet |
| Lø/28/10 | Klubmesterskab | Rommalt B. | ROK10 |  |

Planen er foreløbig så tjek mail fra klubberne og klubbernes hjemmesider

ROK: [www.randers-ok.dk](http://www.randers-ok.dk)

MFJOK: [www.mariagerfjordok.dk](http://www.mariagerfjordok.dk)

OK Djurs: [www.okdjurs.dk](http://www.okdjurs.dk)

Pan ,Århus: [www.okpan.dk](http://www.okpan.dk)

Århus 1900: [www.aarhus1900.dk/1900orientering](http://www.aarhus1900.dk/1900orientering)

Rold : [www.roldskovok.dk](http://www.roldskovok.dk)

Viborg: [www.viborgok.dk](http://www.viborgok.dk)

Silkeborg: [www.silkeborgok.dk](http://www.silkeborgok.dk)