

GÖTAÄLVDALSKRETSENS (SAKO:S) TRÄNINGAR/TÄVLINGAR 2018

Kretsträningen är på tisdagar.

Senast 28 feb ska plats vara bestämt för alla SAKO-träningar och inskrivet på [kretssidan](#). Kan även skickas till kontaktperson.

Träningar läggs in i Eventor för att lätt kunna hitta pm, för anmälan och resultat.

Rekommendera föranmälan söndag. Möjlighet till anmälan på plats. Lägg fram lista där föranmälda kan bocka av sig.

Frivillig avgift vuxna 20 kr. Kontant eller swish.

ti 16 jan	OKS	Nattcup 4
ti 13 feb	VSK	Nattcup 5
ti 27 feb	TSOK	Nattcup 6
må 05 mar	TSOK	Jaktmöte
må 09 apr	VSK	Banläggarmöte SAKO-U-serie kl 18:30 Skidstugan Vänersborg
ti 10 apr	TSOK	Sakoträning
ti 17 apr	VSK	SAKO 10-milaträning
ti 24 apr	TSK/OKF	Sako ungdomsserie 1 start kl 18.30
ti 08 maj	OKS	Sako ungdomsserie 2 start kl 18.30
ti 15 maj	OKG	Sako ungdomsserie 3 start kl 18.30
ti 22 maj	TSOK	Sako ungdomsserie 4 start kl 18.30 + Prisutdelning.
ti 29 maj	OKG	5-dagars på hemmaplan OL-skytte start kl 17:30-18:30
ti 12 jun	VSK	Sprintstafett start 18.00
ti 19 jun	OKS	Sommarsprint 1
ti 26 jun	TSOK	Sommarsprint 2
ti 03 jul	OKF	Sakoträning
ti 07 aug	TSOK	Sakoträning
ti 14 aug	VSK	Sommarsprint 4
ti 21 aug	TSOK	SAKO MTBO
ti 28 aug	VSK	Sakostafett för alla åldrar
ti 04 sep	TSOK	SAKO-U-träning
ti 11 sep	OKS	Närtävling Vargkvällen
ti 18 sep	VSK	25-manna-träning
ti 13 nov	VSK	Nattcup cup 1
må 03 dec	TSOK	SAKO-årsmöte kl. 18.30
lö 08 dec	VSK	Skinkloppet
ti 11 dec	TSOK	Nattcup cup 2
sö 16 dec	TSK	Jullöpet

SAKO Ungdomsserie

Fokus på ungdomar.

3 Öppna banor som tidigare som bör vara olika mot ungdomsbanorna.

[Banlängder enligt separat PM.](#)

Banlängder Sakoträning:

- 3 km Gul
- 3 km orange/röd
- 5 km blå/svart
- 8 km blå/svart

Banlängder Sommarsprint:

- Lätt
- Mellan
- Lång

Löptid 15-25 min

Valfri terräng: Stad, park eller skog. Anges på inbjudan.

Starttider:

- Sako-ungdom 18.30 (vår)
- Sakoträning 17.30-18.30
- Natt-Cup 18.00 Gemensam start
- Sommarsprint 17.30-18.15

Fler möjligheter till träningar:

Vinterrace

se BDOF hemsida: <http://www.svenskorientering.se/Distrikt/bohuslansdalsorienteringsforbund/Nyheter/Egnanyheter/vinterrace2/>

Veteran-OL

se <http://www.tsok.se/veteranol/>

GKN korp-OL

se <http://www2.idrottonline.se/IdrottOnlineKlubb/trollhattan/trollhattanssokorientering/Ovrigt/GKNkorpOL/>