



Orientering med Härnösands OK

augusti – oktober 2023

Med reservation för ändringar följer här programmet för träningar, tävlingar och andra aktiviteter. För mer information och "senaste nytt", se hemsidan, <https://www.harnosandsok.se/>. Vid tävlingar utanför Härnösand brukar medlemmarna försöka samåka. Tid och plats för samling meddelas då på hemsidan. För fullständigt tävlingsprogram, se <https://eventor.orientering.se/Events>

Datum	Dag	Tid	Aktivitet	Plats
23 juli – 5 aug	söndag - lördag		Veckans bana	Hälledal
5 aug – 6 aug	lördag – söndag		Tävlingar, DM (Distriktsmästerskap) lång och stafett	Njurunda
6 aug – 19 aug	söndag - lördag		Veckans bana	Bondsjöstadion
11 aug – 13 aug	fredag - söndag		Tävlingar, NM (Norrlandsmästerskap) sprint, stafett/medel och lång	Örnsköldsvik
12 aug	lördag	15:00	Teamkamp och middag för ungdomar födda 07-14, se nyhet på hemsidan.	Örnsköldsvik
15 aug	tisdag	18:00	Tisdagsträning (start för alla barn- och ungdomsgrupper)	Vårdkasen
17 aug	torsdag	18:00	Torsdagsträning (vit, gul, orange och violett grupp)	
19 aug – 20 aug	lördag - söndag		Tävlingar, SM lång	Örnsköldsvik
20 aug – 31 aug	söndag - lördag		Veckans bana	Myran
22 aug	tisdag	18:00	Tisdagsträning (alla barn- och ungdomsgrupper)	Vårdkasen
24 aug	torsdag	18:00	Torsdagsträning vit, gul, orange och violett grupp	
25 aug – 27 aug	fredag - söndag		Tävlingar, SM medel och stafett	Sundsvall
29 aug	tisdag	18:00	Tävling, KM (klubbmästerskap) lång	Smitingen
31 aug	torsdag	18:00	Torsdagsträning (vit, gul, orange och violett grupp)	
3 sept – 16 sept	söndag - lördag		Veckans bana	Gådeåberget
5 sept	tisdag	18:00	Tisdagsträning (alla barn- och ungdomsgrupper)	
7 sept	torsdag	18:00	Torsdagsträning (vit, gul, orange och violett grupp)	
8 sept – 9 sept	fredag - lördag		Tävling, KM natt och sprint	Vårdkasen och Kusthöjden



8 sept – 10 sept	fredag - söndag		Tävlingar, USM (gäller ungdomar födda 07-08)	Karlskrona
12 sept	tisdag	18:00	Tisdagsträning (alla barn- och ungdomsgrupper)	Vårdkasen
14 sept	torsdag	18:00	Torsdagsträning (vit, gul, orange och violett grupp)	
15 sept	fredag		Tävling, SM natt	Sundsvall
29 sept	fredag		Tävling, DM natt	
30 sep	lördag		Tävling, Härnö trail	Vårdkasen
1 okt	söndag		Tävling, DM sprint	Örnsköldsvik
7 okt – 8 okt	lördag - söndag		KLUBBRESA till tävling, 25-manna	Stockholm
14 okt – 15 okt	lördag - söndag		KLUBBRESA till tävling, Daladubbeln	Falun