

# Træningsløbsplan 2022

Herning Orienteringsklub

ver.4a 08-11-2022 løb 12/11 flyttet

Dag	Dato	Skov	Banelægger	Øvrige	Øvrige	Øvrige	Hvem/hvad/hvor
Søn	02.01	Simmelkjær/Lundhede					Midtjysk Super-Vinterlang 2
Lør	08.01	<b>Videbæk Vest</b>	Henrik Juhl	Mads Juhl			Nytårssuppe
Lør	15.01	Vandskellet					Snab træningsløb
Søn	16.01	Finderup					Vinterlang 2
Fre	21.01	Torsted	Horsens ungdom				Nat mellemdistance 30 kr.
Lør	22.01	Stråsø Øst	Horsens ungdom				Mellemdistance 30 kr.
Søn	23.01	Husby	Horsens ungdom				Langdistance 30 kr.
Lør	29.01	Skånsø (Vinderup)					Se Skive AMOK
Søn	30.01	Bjerre og Ustrup					Vinterlang 3
Lør	05.02	<b>Hørbylunde Nord</b>	Søren Anders.	Søren Søgaard	Jesper Knudsen	Bjørn/Mildred	
Søn	06.02	Års Nord					Vinterlang 4
Søn	13.02	<b>Harrild Hede mod Eist.</b>	Leif Olsen	Helle Pedersen	Susanne Krist.	Frede Rasmus.	Midtjysk Super-Vinterlang 3
Søn	20.02	Ølgryde til Skårnøse					Midtjysk Super-Vinterlang 4
Lør	26.02	<b>Hoverdal Vest</b>	Torben Isen	Gitte Isen	Lasse Lykkegaa		<b>Fællesløb</b>
Søn	06.03	Silkeborg Nord					Vinterlang 5
Fre	11.03	Ålbæk					Nordjysk 2-dages natprolog
Lør	12.03	Højengran					Nordjysk 2-dages lang
Søn	13.03	Kirkemilen					Nordjysk 2-dages mellem
Lør	19.03	<b>Birkebæk</b>	Kai Kaspersen	Lucia Aagaard	Rudi Pedersen	Bodil Malthe	
Lør	19.03	Lindet Skov					DM nat
Lør	26.03	<b>Torsted</b>	Jens J. Jensen	Anni Jensen	Kn.E. Klode	Jonna Jørgens.	<b>Fællesløb</b>
Ons	30.03	Feldborg Nordre					Se Skive AMOK
Søn	03.04	<b>Haustrup</b>	Kim Gottlieb	Vibeke Gottlie.	Kenn Kristensen	Leif Olsen	Div.match 1. div.
Tirs	05.04	Husby Øst					Vestjysk OK
Tors	14.04	Hårup Sande					Påskeløb 1. etape
Fre	15.04	Himmelbjerget					Påskeløb 2. etape
Lør	16.04	Sletten					Påskeløb 3. etape
Tirs	19.04	<b>Nørlund Sydvest</b>	J.P. Jørgensen	Sv.E.Hedevang	Brian Nielsen	Torben Hansen	
Søn	24.04	Palsgård					Divisionsmatch 2. division
Tirs	26.04	<b>Lind</b>	Søren Anders.	Susanne Krist.	Lucia Aagaard		
Tirs	03.05	<b>Linnebjerg</b>	Frants Nielsen	Bitten Nielsen	Elin Jørgensen	Lars H. Anders	<b>Fællesløb + IFK</b>
Lør	07.05	Skive					Midtj. SprintCup - 2 etaper
Søn	08.05	Viborg					Midtj. SprintCup - 2 etaper
Tirs	10.05	Sdr. Vosborg/Stråsø V.					Vestjysk OK
Tirs	17.05	Kjærgårds Mølle					Vestjysk OK
Tirs	24.05	Vestre/Nibsbjerg					Holstebro OK
Søn	29.05	Bogense					JFM Sprint
Tirs	31.05	Stråsø Øst					Vestjysk OK
Søn	05.06	Odense					DM sprint
Man	06.06	Odense					DM mixsprint
Tirs	07.06	<b>Knudmosen</b>	Lars Mikkelsen	Bodil Schulz	Michael Mogen.		Grillaften
Tirs	14.06	<b>Sørvad</b>	Karl Gl.vind	Anders Gl.vind	Jens Gl.vind		<b>Fællesløb</b>
Fre	17.06	Holstebro					Vestjysk 2-dages sprint
Lør	18.06	Husby					Vestjysk 2-dages
Søn	19.06	Husby					Vestjysk 2-dages
Tirs	21.06	<b>Skelhøj</b>	Torben Isen	Gitte Isen	Jonna Jørgensen		<b>Fællesløb + IFK</b>
Lør	25.06	Frederikshåb					WOC Tour følgeløb
Søn	26.06	Hylkedal					WOC Tour følgeløb
Man	27.06	Kolding					WOC Tour følgeløb - sprint

# Træningsløbsplan 2022

Herning Orienteringsklub

ver.4a 08-11-2022 løb 12/11 flyttet

Dag	Dato	Skov	Banelægger	Øvrige	Øvrige	Øvrige	Hvem/hvad/hvor
Tirs	28.06	Sunds	Biørn Hansen	Mildred Hans.	Leif B. Nielsen		
Tirs	28.06	Fredericia					WOC Tour følgeløb - sprint
Ons	29.06	Frederikshåb					WOC Tour følgeløb
Tors	30.06	Veile					WOC Tour følgeløb - sprint
Fre	01.07	?					Vikingedyst prolog
Lør	02.07	?					Vikingedyst 1. etape
Søn	03.07	?					Vikingedyst 2. etape
Tors	07.07	Vesterskoven					Sommerferieløb, Silkeborg
Tors	14.07	Østerskoven					Sommerferieløb, Silkeborg
Tirs	19.07	Læsø Klitplantage					Læsø 3-dages 1. etape
Ons	20.07	Læsø Klitplantage					Læsø 3-dages 2. etape
Tors	21.07	Læsø Klitplantage					Læsø 3. dages 3. etape
Tors	21.07	Vesterskoven					Sommerferieløb, Silkeborg
Tors	28.07	Sønderskoven					Sommerferieløb, Silkeborg
Tirs	02.08	<b>Torsted</b>	Anders Gl.vind	Karl Gl.vind	Jens Gl.vind		<b>Fællesløb</b>
Tirs	09.08	<del>Hørvylunde Nord</del>	Jørgen Peders.	Lene Nygaard	Henriette N.		Aflyst
Ons	10.08	<b>Ulfborg Plantage</b>					Fællesløb m.HOK
Søn	14.08	Lild Plantage					Klitløbet
Tirs	16.08	<b>Hoverdal Midt</b>	Flemming Sass.	P.E. Bertelsen	Th.Kofod Niels.	Kaj Halling	<b>Fællesløb</b>
Lør	20.08	Hårsbjerg					JFM stafet
Søn	21.08	?, Vestjylland					JFM lang
Tirs	23.08	<b>Breining krat</b>	Henrik/Mads J.	Heine Glüsing	Anna Glüsing	Rikke Glüsing	ændret fra Velling
Lør	27.08	Thorsø Bakker					DM mellem
Tirs	30.08	<b>Bødskov Krat</b>	Kim Gottlieb	Vibeke Gottlie.	Bodil Schulz		
Søn	04.09	?, Vestjylland					Divisionsmatch 2. division
Lør	10.09	<b>Jeanette/Thyra</b>	Søren Anders.	Erik B/Tove J	Henrik Fjordbak	Magnus Fjord.	
Lør	10.09	Slotslyngen					DM stafet
Søn	11.09	Paradisbakkerne					DM lang
Søn	18.09	Stråsø Vest					Vestjysk OK
Lør	24.09	<b>Haustrup</b>	Lars Klode	P.E. Bertelsen	Sv.E. Hedevang	Tanja Elbæk	<b>Fællesløb</b>
Søn	02.10	Nørre- og Mosskoven					Divisionsmatch op/ned
Søn	09.10	Stråsø Øst					Vestjysk OK
Lør	15.10	<b>Momhøje</b>	Jens J. Jensen	Anni Jensen	Lars H. Anders.		
Lør	22.10	<b>Hoverdal Øst</b>	Frants Nielsen	Bitten Nielsen	Lars Mikkelsen		<b>Fællesløb</b>
Fre	28.10	Bornholm					Høst Open sprint - klubtur
Lør	29.10	Bornholm					Høst Open etape 1 - klubtur
Søn	30.10	Bornholm					Høst Open etape 2 - klubtur
Lør	05.11	Tranedal/Kærgård					DM ultralang
Søn	06.11	Vestre Plantage					Vestjysk OK
Lør	12.11	<b>Skelhøj</b>	Kenn-Kristensen	<del>Elin Jørgensen</del>	Flemming Jens.	Bodil-Matthe	flyttet
Lør	12.11	<b>Palsgård</b>					Sammen med Horsens
Lør	19.11	<b>Nørlund Sydøst</b>	Lucia Aagaard	Kaj Kaspersen	Erik Brixen	Tove Jessen	
Lør	26.11	<b>Nørlund Nord</b>	Leif Olsen	Helle Pedersen	Susanne Krist.	Frede Rasmus.	
Lør	03.12	<b>Løvbakkerne</b>	Jens J. Jensen	Anni Jensen			Æbleskiveløb
Søn	04.12	Ålborg City					Vinterlang 1
Lør	10.12	<b>Herning Nordvest</b>	Lars Klode	Leif B. Nielsen	Michael Moge.	Jesper Knudsen	
Lør	17.12	<b>Harrild Hede Syd</b>	Flemming Sass.	J.P Jørgensen	Lasse Lykkegaa	Brian Nielsen	