

April 2018

Dat	Dag	Plat	Tid	Aktivitet
1	Sö			Diverse påsktävlingar och egna träningsalternativ
2	Må			Kringelträffen i Tvetå
3	Ti	Sko	17:00:	Vårspringet, Ärla arr, start 17-18:30. Fem banor, se nedan.
4	On			Nattbana vid Botvidstjapan för intresserade 10Mila-aktuella..
5	To	Åsb		Grässelberget 10Milabana förmiddag för lovlediga. Övriga 18:00
6	Fr			Svartnatta. Totalt elva Ärlalag (se nedan)
7	Lö			10Milasamling i Ärla, se mer info nedan
8	Sö			Mälarhöjdens medeldistans eller egna träningsalternativ...
9	Må			
10	Ti			Vårspringet, Eskilstuna OL, start 17-18:30
11	On			
12	To	Åsb	18:00	Saml avr 10Milalika banor i EaW-terrängen. En slinga åt väster, en åt öster från Sägarsvedet. OBS! Även med reflexer för natt! (Se nedan)
13	Fr			Swedish League, sprint
14	Lö			Stigtomtakavlen, H17 start 21:00
15	Sö			Stigtomtakavlen herrar jaktstart plus damer och övriga klasser
16	Må			Siktat vi på nybörjarstart barn...
17	Ti			Vårspringet, IK Standard, start 17-18:30
18	On	Åsb		Avr orienteringsintervaller på Mora Skog/Björndammen
19	To			Terräng-DM i Flen! Anmäls via friidrotten...
20	Fr			Natt-SM, Jönköping inklusive Swedish League (se mer info nedan)
21	Lö			OK Tors ungdomstävling
22	Sö			Swedish Leaguefinalen med jaktstart söder Linköping Torfejden, OK Tor
23	Må			Forts nybörjarstart för barn...
24	Ti			Vårspringet, OK Tor, start 17-18:30
25	On	Åsb	18:00:	Saml/avr kartdistans berggällar/mosse Högstensmon/Hedmossen
26	To		00	
27	Fr			Etablering på 10Mila-arenan. 5-6 medhjälpare behövs!
28	Lö			10Mila, ungdom, dam och herrklass...
29	Sö			10Mila herrar går i mål
30	Må			Valborgsfirande i Ärla
1				Klemmingekampen

SÄSONGSPREMIÄR: Efter en bara ”något” försenad vår (snö t o m slutet av mars är ett väldigt troligt väderläge på våra breddgrader) har tävlingspremiären genomförts, Blev norr om Hässleholm med nysnö och Ärlas herrlag blev sexa. Nu hoppas vi många fler kommer ut i skogen och anmäler sig till vårens budkavlar (Svartnatta, Stigtomta, 10Mila och även Jukola).

TRÄNINGSSAMLING I ÄRLA ordnas efter snabbt beslut kommande helg (huvudsakligen på lördagen) i Ärla. Svartnatta fredagskvällen innan ”ingår” och en del springer sen också medeldistans (Mälarhöjdens IK) på söndagen medan några väljer egen träning på söndagen.

TRÄNING HEMMA: Det kommer att bli möjligt att träna och tävla orientering gemensamt minst två gånger/vecka i Ärlatrakten. Vi delar ”egna” pass mellan onsdag och torsdag då det arrangeras terräng-DM 19 april i Flen för de som vill (natt-SM dagen efter) och 26:e är för nära 10Mila i Nynäshamn. **Om 10Mila:** Arrangeras strax utanför Nynäshamn i mycket kuperad och klurig terräng. Hembygdsgård i Ösmo bokad fredag-söndag, tre husvagnsplatser två husbilsplatser, stora tältet på arenan och nära till allt. En stor grupp har i vinter samlats och tränat rejält med sikte på 10Mila. **NYHETER syns på Ärla Medlemmar och hemsidan Om alla ser möjligheterna i april blir vårt 10Mila KUL!**



Månadsprogram

