

PROGRAM for Kolding Orienterings Klub Januar 2023

- Søndag d. 1. jan. Husk Nytårsløbet fra Bøgelund kl. 13.00. Nytårs-fidusløb, 2 baner. Tilmelding via KOK-pittet senest 30 dec. Tilmelding på dagen er også muligt, så længe kort haves. Se endvidere KOK's hjemmeside.
- Søndag d. 1. jan. Midtjysk SUPER vinter-langdistance rundt om og tæt på flyvestation Karup. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 28. december.**
- Onsdag d. 4. jan. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30, derefter fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
- Lørdag d. 7. jan. Træningsløb v/KOK i Randbøl Hede/Frederikshåb. Mødested: Sønder Almstokvej 11, Billund. Afmærkning: Bøgvadvej/Sønder Almstokvej. Se yderligere oplysninger på KOK's hjemmeside under vintertræningsløb og nederst på siden. **Til dette træningsløb gerne tilmelding på KOK-Pittet.**
- Onsdag d. 11. jan. O-træning fra Bøgelund kl. 17.30 med poster i skoven. derefter fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
- Lørdag d. 14. jan. Teknikkursus for alle voksne løbere i Sydkredsen, denne gang på Fyn, Svanninge Bakker. Se evt. indbydelsen på O-service. Der tilbydes 3 niveauer, let, mellemsvær og svær. Angiv ved tilmelding, hvilket niveau, du ønsker. Tilmelding via O-service senest **den 9. januar.**
- Lørdag d. 14. jan. Træningsløb v/Snab i Vandskellet. Nærmere oplysninger kommer på KOK's hjemmeside.
- Søndag d. 15. jan. Vinterlang 2 v/Karup OK i Kompedal Plantage. Nærmere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 11. januar.**
- Mandag d. 16. jan. Natløbstræning v/OK Melfar på Billeshave Efterskole. Tilmelding senest **den 13. januar.** Yderligere oplysninger kan ses på OK Melfars hjemmeside.
- Onsdag d. 18. jan. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Derefter spisning i klublokalet med tilmelding på KOK-Pittet. Klubaften med temaet:
**KOK-stævner i fremtiden - hvad skal vi lave af større stævner i fremtiden?
2024? 2025: DM Nat og Påskeløb. 2026: DM Mellem. 2027 og frem?
Kan vi? Vil vi? Skal vi lave det selv eller sammen med andre klubber? Kan vi bygge videre på erfaringer og ideer fra WOC? Andre ideer og input?**
- Lørdag d. 21. jan. Træningsløb i Staurby Skov v/ OK Melfar. Mødested: Gl. Strandvej 111, Middelfart på Græsplænen. Se oplysninger på KOK's hjemmeside og nederst på siden.
21. – 22. jan U1 kursus for de 10 – 13 årige. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 13. januar.
- Søndag d. 22. jan. Midtjysk SUPER vinter-langdistance i Nørlund/Harrild Hede. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 19. januar.**
- Onsdag d. 25. jan. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Derefter spisning i klublokalet med tilmelding på KOK-Pittet.
- Lørdag d. 28. jan. Træningsløb i Hylkedal Nord - Grusgraven. Mødested: Stensgaard, Vrandrupvej 30, Kolding. Se yderligere oplysninger på KOK's hjemmeside og nederst på siden.

Søndag d. 29. jan.

Vinterlang (træningsløb) i Marselisborg. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 24. jan.**

Yderligere oplysninger om træningsløbene: Der er fri start mellem kl. 12.30 og 13.30. Postindsamling kan starte kl. 14.30. Der løbes med SportIdent. Der tilbydes lånebrik. Man kan vælge mellem 5 forskellige baner. Det er gratis for trekantklubberne at deltage. Gæster betaler kr. 20 for print af kort. Oplysningerne bliver lagt på KOK's hjemmeside og vil løbende blive opdateret. Så husk lige at tjekke hjemmesiden, inden du kører til træningsløb.

Godt nytår