

PROGRAM for Kolding Orienterings Klub November 2025

1.-2. nov.	KOK arrangerer åbne mesterskaber og World Cup i biathlon-orientering i Frederikshåb/Vingsted. Se evt. Facebook.
Lørdag d. 1. nov.	Træningsløb v/KOK i Frederikshåb. Mødested: P-plads ved krydset Bøgvadvej/Sønder Almstokvej. Kantparkering på Sønder Almstokvej.
Mandag d. 3. nov.	Vi starter op på styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.
Onsdag d. 5. nov.	Træning fra Bøgelund kl. 17.30 med poster i skoven. Mini-O starter kl. 17.15 med teori i klublokalet. Se yderligere oplysninger nederst. Husk pandelampe. Derefter fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
Onsdag d. 5. nov.	Natteravn, 4. afd. i Kirkeskoven, Hinge sø v/Karup OK. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 2. november.
Torsdag d. 6. nov.	NightChamp, prolog v/OK Pan i Marselisborg Nord. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 3. november.
Fredag d. 7. nov.	Sæsonafslutningsfest på Bøgelund kl. 17.30. Indbydelsen kan ses på KOK's hjemmeside. Tilmelding på KOK-pittet senest den 3. november.
Lørdag d. 8. nov.	MTB Orientering i Gråsten skovene. Se yderligere oplysninger på KOK's hjemmeside og på O-service. Tilmelding senest den 3. november.
Lørdag d. 8. nov.	Træningsløb v/OK Melfar i Kongebrosgården/Stenodden. Mødested: Klubhuset ved Kongebrogården.
Søndag d. 9. nov.	Jættemilen (Ultra lange baner) i Tokkekøb Hegn. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 2. november.
Mandag d. 10. nov.	Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.
Onsdag d. 12. nov.	Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30, Mini-O kl. 17.15 i klublokalet. Derefter fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
Torsdag d. 13. nov.	NightChamp 1. afd. i Moesgaard Strand/Fløjstrup skov. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 10. november.
Lørdag d. 15. nov.	Træningsløb v/FROS i Næsset. Mødested: P-plads på Trelde Næs.
15 – 16. nov.	U1 kursus i Arnum/Stensbæk for 10 – 13 årige. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 7. november.
Mandag d. 17. nov.	Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.
Onsdag d. 19. nov.	Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Klubmesterskab Natløb for ungdom -16 år fra Bøgelund. Mødetid kl. 17.15. Indbydelse udsendes på klubmail. Fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
Torsdag d. 20. nov.	NightChamp 2. afd. i Silkeborg Vesterskov. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest den 17. november.
Lørdag d. 22. nov.	Træningsløb v/OK Snab i Grundet Syd. Mødested: Info kommer senere.
Mandag d. 24. nov.	Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.

- Onsdag d. 26. nov. Mini-O kl. 17.15 i klublokalet. Klubmesterskab Natløb for seniorer 17- år i Vejle Sønderkov. Indbydelse udsendes på klubmail. Ingen spisning og voksentræning på Bøgelund denne aften.
- Onsdag d. 26. nov. Natorienteringsløb v/OK Syd i Lerskov Plantage. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 23. november.**
- Torsdag d. 27. nov. NightChamp 3. afd. i Vilhelmsborg skov. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 24. november.**
- 28.-30. nov. U2 kursus ved Fredericia for 14-16 årige. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 21. november.**
- Lørdag d. 29. nov. Træningsløb v/OK Gorm i Hastrup. Mødested: Info kommer senere.
- Lørdag d. 29. nov. Kl. 11.00, Julenisseløb i Marbæk v/OK Esbjerg. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 27. nov.**
5. 6. og 7. dec. Juniorkursus ved Nørre Snede med tilmelding senest **den 24. nov.** Se O-service.

Mini-O: Træning onsdag: Efter teori-sjov i klublokalet foregår træningen i skoven med pandelamper. Alle som ønsker det løber parvis eller med skygge. Træningen slutter senest kl. 19.45.

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. Enkelte træningsløb vil kræve forhåndstilmelding. Oplysningerne bliver lagt på KOK's hjemmeside og vil løbende blive opdateret. Så husk lige at tjekke hjemmesiden, inden du kører til træningsløb.