

**PROGRAM for Kolding Orienterings Klub
Marts 2026**

- Mandag d. 2. mar. Styrke- og stabilitetstræning på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45. **OBS** træning flyttet til salen på skolen. Medbring madras. Indgang mellem kirken og skolen. SMS 26828693, hvis døren er låst.
- Onsdag d. 4. mar. O-træning med poster i skoven fra Bøgelund kl. 17.30. Mini-O starter kl. 17.15 med teori i klublokalet, derefter løb i skoven. Husk pandelampe. Fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
- Onsdag d. 4. mar. Natuglen 1. afd. (mørkeløb) v/Karup OK i Serup Skov. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 1. marts.**
- Torsdag d. 5. mar. Natcup Syd, 1. afd. v/ OK Gorm i Vingsted Skov. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 1. marts.**
- 6.-7.-8. mar. Nordjysk 2-dages med natløb, langdistance og mellemdistance i Lilleheden og Tversted Plantage. Tilmeldingsfristen forlænget til **den 26. februar.** Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service.
- Mandag d. 9. mar. Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.
- Onsdag d. 11. mar. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Mini-O starter kl. 17.15 med teori i klublokalet, derefter løb i skoven. Husk pandelampe. Fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
- Onsdag d. 11. mar. Natuglen 2. afd. (mørkeløb) v/Karup OK i Stendal syd-vest. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 8. marts.**
- Torsdag d. 12. mar. Natcup Syd, 2. afd. v/KOK i Drejens/Strandhuse. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 7. marts.**
- Lørdag d. 14. mar. DM Nat v/Silkeborg OK i Hjermind Egekrat. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 6. marts.**
- Søndag d. 15. mar. Odense OK holder jubilæumsløb (pointløb) i Åløkkeskoven med start fra klubhuset, Jægerhusstien 1, Odense C med start fra kl. 12, men tiden slutter præcis kl. 15 for alle deltagere uanset starttidspunkt. Mulighed for bad. Der serveres bobler og kage. Online tilmelding via Odense OK's hjemmeside senest **den 13. marts.**
- Mandag d. 16. mar. Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45.
- Onsdag d. 18. mar. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Mini-O starter kl. 17.15 med teori i klublokalet, derefter løb i skoven. Husk pandelampe. Fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet. **Klubaften** med tema: Årets sæson, divisionsløb m.m.
- Torsdag d. 19. mar. Natcup Syd, 3. afd. v/OK Melfar i Teglgårdsskoven, Hindsgavl. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 14. marts.**

- Mandag d. 23. mar. Styrke- og stabilitetstræning i hallen på Sct. Michaels Skole kl. 17.45 til 18.45. **Sidste styrketræning i denne sæson.**
- Onsdag d. 25. mar. Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Mini-O starter kl. 17.15 med teori i klublokalet, derefter løb i skoven. Husk pandelampe. Fællesspisning i klublokalet med tilmelding på KOK-pittet.
- 27.-28.-29. mar. Danish Spring v/Søllerød OK, med sprint, lang og mellem distance i DTU Science Park, Grib Skov Syd og Grønholt Hegn. Se yderligere oplysninger på O-service, Tilmelding **senest den 13. marts** på O-service.
- 2.-3.-4. april Påskeløbene v/Horsens OK med tilmelding senest **den 20. marts.**