

De sista tävlingarna för hösten....samt några andra aktiviteter

Snart är tävlingsäsongen över och förberedelserna för 2009 års tävlingar börjar. Men innan dessa, passa på att ut och träna/tävla vid dessa tillfällen:

- 26/10 Gängbudkavle mot Skogsluffarna och IFK Enskede, Tremanna kavle, blå-gul-blå (3,5-2,5-5,0 km). Anmäl snarast till Katarina om ni vill vara med. Fri lagsammansättning. TC vid Vårhagen, Norra Djurgården
- 29/10 Natt-KM för juniorer och vuxna (dvs HD18 och uppåt). Anmälen, görs via Klubben Online senast 22/10. Ungdomar upp tom HD16 har eget Natt-KM den 11/11.
- 1/11 Sprint-KM i Älvsjö. Anmäl via Klubben Online senast 26/10 (ungdomar kan anmäla till Katarina, så anmäler hon).
- 2/11 Höstlunken - patrulltävling, ultralång för HD13 och uppåt. Ö-banor i vanlig längd finns, endast direkanmälan på TC. Anmäl till patrulltävlingen senast 26 oktober via Snättringes hemsida, www.snattringesk.se. Deltagarna i patrullen kan vara från olika klubbar och ska bestå av minst 2 deltagare.
- 8-9/11 Novembertävlingarna, Tullinge SK. Lördag är det medeldistans och söndag är det långdistans. Anmäl via Klubben Online eller till Katarina.
- 11/11 Natt-KM för ungdomar upp tom 16 år (dvs HD16 och yngre). Banläggare är Ari.
- 25/11 Ungdomsavslutning, utdelning av KM-medaljer till ungdomar
- 13/12 Skinkloppet - en orientering du aldrig varit med om tidigare!

Från den 2/12 kommer träningen att inriktas mer på löpning och/eller skidåkning. Det betyder att barn/ungdomar under 12 år (dvs HD12 och yngre) har träningsuppehåll fram till januari/februari 2009. Vi återkommer om exakt datum när ni börjar igen lite senare.

För ungdomar från 12 år (dvs HD14 och uppåt) erbjuder vi träning tisdagar och torsdagar under december månad, fram till jul. Den organiserade träningen börjar igen i samband med skolstart, dvs den 6 januari kl 17.45.

Ungdomsledarna