

HSOK - Helsingør Ski- og Orienteringsklub

O-træningsløb - samt andre løb i nærheden

10/11 09

Januar - juni 2010

"??" betyder manglende oplysninger ved oversigtens udarbejdelse. Prøv at se i "O-Service"

"p&r" er "put-and-run" og betyder, at tilmeldelse ikke er påkrævet. Kort kan købes på stævnepladsen

Dato	Skov:	Godk.	Løb:	Startsted:	Kl.	Krak:	Banelægger:	Tilm.:
Lø 2/1	Gribskov/Mårum		MTB-o-løb	Maarum station	kl. 11		FIF, Hillerød	ja
Lø 9/1	Gadevang		Vintercup	Kompashuset, Ødamsvej, Hill.	kl. 13.15	107b7	OK Øst	ja
Sø 10/1	Teglstrup faste poster	75172	Karrusel	Klubgården	kl. 10-11	28d6	HSOK Frank Jo.	nej
Lø 16/1	Tisvilde Hegn		MTB-o-løb	Klubhuset, Godhavnsvej	kl. 11-12		Tisvilde H OK	ja
Lø 16/1	Tisvilde Hegn		Veterankredsmatch	St. P-plads, stranden	kl. 12-14		Tisvilde OK	ja
Sø 17/1	Tisvilde Hegn		Veterankredsmatch	Tisvilde skole	kl. 10		Tisvilde OK	ja
Sø 24/1	Nyrup faste poster	75173	Karrusel	Naturskolen	kl. 10-11	17b4	HSOK Palle	nej
Lø 30/1	Gribskov Vest		Vinterlangdistance	Kompashuset, Ødamsvej, Hill.	Kl. 10.30	107b7	FIF	ja
Lø 30/1	Gribskov/Gadevang		MTB-o-løb	Kompashuset, Ødamsvej, Hill.	kl.11	107b7	FIF	ja
Lø 6/2	Danstrup-Krogenberg		vintercup	Kvistgårds idrætsanl.	kl. 13.15	47b4	OK-Øst	ja
Sø 7/2	Danstrup-Krogenberg		Karrusel	P-plads Hornbækvej	kl.10-11	46k1	OK Øst	nej
On 10/2	Gribskov/Nødebo		Natcup	Nødebo ??	kl. 18		Fredensborg OK	ja
Lø 13/2	Egebæksvang fast po.	75174	Karrusel	Flynderupgård, Agnetevej	kl. 13-14	47k1	HSOK Søren Ø	nej
Lø 20/2	Horsørød N	75175	Karrusel	Hornbækvej - Klosterris Sø	kl. 13-14	26h4	HSOK Preben B	nej
Sø 21/2	Tisvilde Hegn		Langdistance	?	?		Tisvilde H OK	ja
On 24/2	Tisvilde Hegn		Natcup	Klubhuset, Godhavnsvej	kl. 18		Tisvilde H OK	ja
Lø 27/2	Selskov/Stenholt		Vinterlangdistance	Kompashuset, Ødamsvej, Hill.	Kl. 10.30	107b7	FIF, Hillerød	ja
Lø 27/2	Stenholt		MTB-o-løb	Kompashuset, Ødamsvej, Hill.	kl. 11-12	107b7	FIF	ja
Lø 6/3	Teglstrup		MTB-o-løb	Klubgården	kl. 10	28d6	HSOK Tommy	ja

Sø 7/3	Stensby-Langebæk		2-3-4 div. HSOK med	?					OK 63, Vordingb.	ja
On 10/3	Nyrup H.	75176	SM-nat	?					HSOK Rolf	ja
Lø 13/3	Teglstrup NØ	75244	Karrusel	Klubgården, mødes.	Fam.o-løb	kl. 13-14	28d6		HSOK Lasse	nej
On 17/3	Valby Hegn		SM nat	?		?			Tisvilde H OK	ja
Lø 20/3	Klosterris	77637	Karrusel	Skovens SV-hjørne	Fam.o-løb	kl. 13-14	26f3		HSOK Jens V	nej
Fr 26/3	Hornbæk		Springcup-nat	?					FIF m.fl	ja
Lø 27/3	Gribskov Nord		Springcup-klassisk	?					FIF m.fl	ja
Sø 28/3	Gribskov Nord		Springcup-stafet	?					FIF m.fl	ja
To 1/4	Gl. Grønholt	75178	påskecup	?					HSOK/Fr.	ja og p&r
Fr 2/4	Hammermølle	75180	påskecup	v/Hammermøllen			27k2		HSOK	ja og p&r
Sø 4/4	Nyrup Hegn	75181	påskecup	?					HSOK	ja og p&r
Ma 5/4	Teglstrup Ø	75183	påskecup	Klubgården	Fam.o-løb		28d6		HSOK	ja og p&r
Ti 13/4	Egebæksvang	75184	Karrusel	Flynderupgård	Fam.o-løb	kl. 17-18	47k1		HSOK Tommy	nej
Ti 20/4	Danstrup	75185	Karrusel	P-plads Hornbækv.	Fam.o-løb	kl. 17-18	46k1		HSOK Flemm.W	nej
Ti 27/4	Teglstrup Syd	75186	Karrusel	Gurrevej	Fam.o-løb	kl. 17-18	37k4		HSOK Jørn S.	nej
Ti 4/5	Klosterris	78293	Karrusel	Hornbækvej, skovens SØ-hj		kl. 17-18	26h4		HSOK ?	nej
Ti 11/5	Teglstrup NØ	78294	Klubmestersk. ?	Klubgården, mødested		kl. 17			HSOK Laus ??	ja
Ti 18/5	Horsørød N	78295	Karrusel	Esrumvej P-plads midt		kl. 17-18	27a7		HSOK ?	nej
Sø 23/5	Tisvilde Hegn Ø		pinsestafet	?		?			Tisvilde H OK	ja
Ma 24/5	Grib skov		MTB-o-stafet	?		?			OK SG	
Ti 25/5	Nyrup H.	78296	Karrusel	Gurre kirke, Gurrevej		kl. 17-18	37h4		HSOK Kirsten E	nej
Sø 30/5	Stenholt		2-3-4 div. HSOK med	?					FIF, Hillerød	Ja
Ti 1/6	Gl. Grønholt		Karrusel	Kratbjerg v/Helsingørsvej		kl. 17-18			Farum OK	nej
Ti 8/6	Danstrup	78297	Karrusel	Helsingørsvej, Skovens SØ-hj.		kl. 17-18	46k4		HSOK Carsten A	nej
Ti 15/6	Hornbæk Pl.	78298	Karrusel	Strandvejen St. P-plads		kl. 17-18	17a3		HSOK ?	nej
Lø 19/6	Hammermølle	78149	3. skåninger og 1 da.	Edens Have, Skindersøvej		kl. 9.30-10.45			HSOK, Flemm/Laus	ja og p&r
Ti 22/6	Stenholt Vang		Karrusel	?		kl. 17-18			Kildeholm OK	nej
Ti 29/6	Egebæksvang	78299	Karrusel	Strandvejen St. P-plads		kl. 17-18	48c2		HSOK Jørgen Q	nej

* Se andre løbsmuligheder under O-service eller under Karruselløb under www.hsok.dk

* Prøv også at lave dit eget o-løb ved brug af HSOKs faste poster i Teglstrup, Nyrup og Egebæksvang. Se hjemmesiden under kort

* Ved HSOKs egne træningsløb kan potentielle nye medlemmer gratis deltage i nogle få o-løb