

Ungdomsprogram 2020 för Stockholms OF

Månad	Aktivitet	Arrangör	Anmärkning
Januari			
Lö 11	15-16 projektet	Tullinge/Tumba Mälarhöjden	Träningslära, löpteknik
Lö 11	13-14 träffarvarandra	Täby OK	Norr och söder
Februari			
Lö 1	Stockholm Indoor Cup	Stockholms Inomhusorienterare	Inomhusorientering
Sö 2	Stockholm Indoor Cup	Stockholms Inomhusorienterare	Inomhusorientering
Lö 8	15-16 projektet	Rudbeck/Attunda/Järfälla	Löpstyrka
Lö 8	13-14 träffarvarandra (Söder)	OK Älvsjö Örby	Söder
Lö 8	13-14 träffarvarandra (Norr)	Waxholms OK	Norr
Mars			
Sö 15	13-14 träffarvarandra (Söder)	Skarpnäcks OL	Söder
Sö 15	13-14 träffarvarandra (Norr)	Mälarö SOK	Norr
Sö 15	15-16 projektet	Fredrika Bremer/Snättringe/Ravinen	Praktiska och mentala förberedelser
Fre 20	Tävling med UP	Sundbybergs IK	Sumpnatta
April			
Fr 3	Tävling	Väsby OK	Grymnatta
Må 13	Tävling med UP	OK Ravinen	Långdistans
Ti 14	Tävling	OK Älvsjö-Örby	Stafett, 10milarepet
Lö 18	Tävling med UP	Täby OK	Eftersnacket Medeldistans
Sö 19	Tävling	Täby OK	Eftersnacket Långdistans
Lö 25	Tävling	IFK Lidingö SOK	Medeldistans
Sö 26	Tävling med UP	Gustavsbergs OK	Långdistans
Maj			
Fre 1	Tävling med UP	aok, sik, jok, vok, Solna	Långdistans
Lö-sö 2-3	10mila	aok, sik, jok, vok, Solna	Stafetter
On 6	Sprint-DM med UP	Hellas Orientering	Sprint
To 7	Ungdomsserien Kretstävling 1		Långdistans
On 13	Stockholm City Cup #1	Sundbybergs IK/OK Södertörn	Sprint
Ti 26	Ungdomsserien Kretstävling 2		Långdistans
On 27	Stockholm City Cup #2	Sundbybergs IK/OK Södertörn	Sprint
fre-sö 29-31	StOF:s sommarläger	OK Ravinen/Järla Orientering	Plats ej klar
Fre 29	Tävling med UP	OK Ravinen/Järla Orientering	Förkortad medel
Lö 30	Äventyrsstafett	OK Ravinen/Järla Orientering	Plats ej klar
Sö 31	Lägerstafett	OK Ravinen/Järla Orientering	Stafett
Juni			
On 3	Stockholm City Cup #3	Sundbybergs IK/OK Södertörn	Sprint
Lö 6	2-mannastafett	Centrum OK	Teamsprint
må 8	13-14 träffarvarandra (Söder+ Norr)	Söders Tyresö	Norr+Söder
må 8	Ungdomsledarträff	Söders Tyresö	I samband med 13-14 träff ovan
Ti 16- To 18	Utvecklingsläger – Gul	StOF	Domarudden
Sö 21 - Fr 26	Bussresa Rikslägret i Idre	StOF/klubbledarna	DH 13-16 (+jun)

Augusti

Må 3 – On 5	Utvecklingsläger – Orange	StOF	Domarudden
On 5 – Fr 7	Utvecklingsläger – Gul	StOF	Domarudden
Fre 7	Tävling	Kamrat & IF	Långdistans Rånö
Lö 8	Ungdomstävling med UP	Kamrat & IF	Långdistans Rånö
on 12- sö 16	Utvecklingsläger 15-16	StOF/klubbar	Hökensås
On 19	Tullinge sprintstafett	Tullinge SK	Skogssprintstafett
Lö 22	Tävling	Enskede, Skarpnäck, Skogsluffarna	Långdistans, för-USM
Sö 23	Tävling med UP	Enskede, Skarpnäck, Skogsluffarna	Medeldistans, för-USM
On 26	Ungdomsserien Regionfinaler N, SV, SO	Järfälla OK/vakant/Söders Tyresö	Medeldistans
Lö 29	vakant		
Sö 30	vakant		

September

Lö 5	DM lång med UP	Tullinge SK	Långdistans
Sö 6	DM medeldistans med UP	IFK Tumba	Medeldistans
Fre 11	Natt-DM med UP	Södertälje Nykvarn	Natt
Sö 13	DM stafett	Järla Orientering	Stafett
Fre 18	Tävling	USM sprint	Sprint
Lö 19	Tävling	USM lång	Lång
Sö 20	Tävling	USM distr.stafett/(Söders Tyresö L)	Stafett/Lång
On 23	NattiNatti	IFK Enskede	nattsprintstafett
Lö 26	Österåkerskavlen	OK Österåker	Stafett
Sö 27	vakant		

Oktober

Lö 3	Ungdomsseriefinalen	Täby OK	Sprint
Sö 4	Tävling	Mälare SOK	Medeldistans
Lö 10	25-manna	Snättringe SK, OK Södertörn	stafett
Sö 11	25-mannamedeln	Snättringe SK, OK Södertörn	Medeldistans
Fr-sö 16-18	<i>Daladubbeln</i>	<i>Korsnäs, Kåre, Karlsbyheden</i>	
Fre 23	Haningenatten	Haninge SOK	Natt
Lö 24	Hanigestafetten	Haninge SOK	sprintstafett

November

Sö 1	Höstlunken	Snättringe SK	ultralång
Lö 7	Tävling, StOF-konvent m u-ledarträff	Tullinge SK	Medeldistans
Sö 8	Tävling	Tullinge SK	Långdistans

