

TRÄNINGSPLANERING FÖR GRÖN TILL VIOLETT våren 2025

Så här ser träningsplaneringen ut för våren 2025. Anderstorps OK fortsätter att delta på våra träningar och kommer hålla i två träningar samt hjälpa till med kontrollinplockning.

Avresa från klubbstugan 17.30 och samling på träningsplatsen 17.50. De 3 första träningarna startar 17.30.

Information om samlingsplats läggs ut på hemsidan bsok.se under kalendern.

Ledare:

Orange/violett - Carina

Gul – Håkan Au, Jonas

Vit - Stina, Ellen

Grön – Daniel, Emil E

Barn/ungdomar:

Grön: Tess, Sally, Astrid No, Elna, Stina, Olivia, Julie

Vit: Edith N, Ottilia, Ronja, Olaf

Gul: Svante, Malwa, Ture G, Alex

Orange: Astrid G, Stina, Astrid Ni, Maja

OBS! Om inte hjälpledarna kan vid uppsatt tillfälle byter man själv med någon annan person och meddelar även Carina.

Har ni frågor hör av er till Carina 070-2588031.

29-30/3 Vårläger i Ätran

1/4 Klubbstugan

Hjälpledare: Maria, Arne, Mats

Grön/vit – Sling-OL

Gul – Linje- och Punkt-OL

Orange/Violett – Linje- och Punkt-OL

6/4 Pölder Cup Ålems OK

8/4 AOK

Hjälpledare: Ida, Stefan S, Kristina, Håkan, Mats

Grön/vit –

Gul –

Orange/Violett –

10/4 Nissadalsträning Urberga BSOK

15/4 Norrskogen

Hjälpledare: Eren, Ulrika, Thomas A, Thomas N, Mattias, Filip B

Grön/vit –

Gul –

Orange/Violett –

20/4 Pölder Cup Bottnaryds IF

22/4 Töllstorp

Hjälpledare: Julia, Ronnie, Sofia, Ann-Sophie, Björn, Tommy

Grön/vit -

Gul –

Orange/violett –

23/4 MTB teknik med Johan Grahn, plats meddelas senare

29/4 Södra Lannakartan

Hjälpledare: Maria, Christer J, Ina, Mats, Håkan

Grön/vit-

Gul- Stafetträning

Orange/violett - Stafetträning

24/4 Nissadalsträning Anderstorps OK

3–4/5 10-mila Ungdomskavle Finspång

6/5 AOK

Hjälpledare: Ida, Stefan S, Kristina, Filip B, KW

Grön/vit -

Gul-

Orange/violett

8/5 Nissadalsträning OK Reftete

9–11/5 Tävlingsresa till Värmland

13/5 OK Stigen

Hjälpledare: Eren, Thomas A, Ulrika, Thomas N, Mattias

Grön/vit

Gul -

Orange/Violett

15/5 Nissadals Ungdomscup BSOK

20/5 OK Stigen

Hjälpledare: Julia, Ronnie, Tommy, Björn, Anders C

Grön/Vit –

Gul –

Orange/Violett-

22/5 Nissadals Ungdomscup Burseryds IF

24/5 Närtävling BSOK

25/5 Lämmeltåget Pölder Cup stafett SOK Aneby

27/5 OK Stigen

Hjälpledare: Ina, Christer J, Håkan, Mats, KW

Grön –

Gul -

Orange/Violett -

3/6 Forshedakartan

Banläggare: Emil Auselius

Grön/Vit – Sprint

Gul – Sprint

Orange/Violett - Sprint

6/6 Pölder Cup Sprint Växjö OK

10/6 Avslutning Dalhem Bootcamp

18/6 Breddbudkaveln OK Vivill

26/6 Nissadalsträning OK Gisle