

Träning

Vi har hållit träningar under tisdagar och torsdagar under skolterminerna.

Det hölls ett träningsplaneringsmöte i början av året, som hjälpte till att dela upp ansvaret för träningarna över flera personer på ett bra sätt.

Många veckor var träningen endast löpbetonad, men å andra sidan så har vi haft kvalité och variation i de orienteringsbetonade arrangemang som anordnats, och beskrivs längre fram i detta dokument.

Några utmärkande aktiviteter:

- Sprintstafett på Lappis (Denis) under våren
- Upptaktsträff i början på höstterminen

Arrangemang

Det har varit ett förhållandevis fullspäckat år av OL arrangemang.

Förutom klassikerna ÖL-OL och Lusselöpet har vi arrangerat ett antal andra arrangemang:

- KOT-Cup Vår, 5 etapper (Lappis, Bergshamra, Djurgården, Ursvik, Lappis)
- Våräger i Lettland, 4 deltagare (stort tack till Denis Seimbille för att styra upp detta!)
- KOT-Cup Höst, 3 etapper (Lappis, Ursvik, Djurgården)

Tävling

Vi deltog med ett lag i Pampas-stafetten, men fick tyvärr se oss besegrade av Fredrika Bremer gymnasiet i högskoleklassen. Totalt kom vi 10:a av 41 lag.

Vi deltog även med två lag i Centrum OK:s Team Sprint på Djurgården.