

2019

Mai

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
29	30 RØYKENCUP Når: 18:00 Hvor: ??	01 DRAMMEN CITY CUP / KM SPRINT Når: 18:00 Hvor: Nærnes?	02 TORSdagSTRENING Når: 18:00 Hvor: Vesledammen Ans: Knut Sv. Rekaa	03	04 FINN FRAM-DAGEN	05
06	07 RØYKENCUP Når: 18:00 Hvor: ??	08 KVELDSSAMLING (13+) Hvor: Furumo/Modum	09 TORSdagSTRENING Når: 18:00 Hvor: Vesledammen Ans: Knut Sv. Rekaa	10	11 15-STAFETTEN	12
13	14 RØYKENCUP Når: 18:00 Hvor: ??	15	16 TORSdagSTRENING Når: 18:00 Hvor: Vesledammen Ans: Knut Sv. Rekaa	17 17.mai	18 DAGSSAMLING SPRINT (13+) Hvor: Notodden og Kongsberg	19 KM MELLOM / DRAMMENSLØPET
20	21 RØYKENCUP Når: 18:00 Hvor: ??	22	23 TORSdagSTRENING Når: 18:00 Hvor: Transet Ans: Knut Sv. Rekaa	24	25	26
27	28 RØYKENCUP Når: 18:00 Hvor: ??	29	30 EIKERLØPET / KLUBBTUR	31	01	02

Tilbud til alle

- Samlinger
- Utvalgte løp
- Andre o-arrangement

Tilbud til barn og ungdom

- Samlinger
- Utvalgte løp

Klubbtreninger

- Treningsløp
- O-tekniske treninger

Fridager