

August 2018

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11 Night Hawk (natt) Hvor: Konnerud	12 Night Hawk (dag) Hvor: Konnerud
13	14	15	16	17	18	19
20	21 RØYKENCUP / KLUBBMESTERSKAP Klokka: 18:00 Hvor: ?? Ans: Ida Svanberg	22	23 TRENING FOR ALLE: "STJERNE-O" klokka: 18:00 Hvor: Transet Fokus: Kompass Ansvarlig rekrutt: Torodd Kolbergsrud Ansvarlig 13+: Inger Schibstedt og Trym	24	25 KM Langdistanse (klubbturn) Hvor: Steindammen (Finnemarka)	26 KM Stafett (klubbturn) Hvor: Steindammen (Finnemarka)
27	28 RØYKENCUP Klokka: 18:00 Hvor: Vesledammen Ans: Morten Johannessen	29	30 TRENING FOR ALLE: "INTERVALL-O" klokka: 18:00 Hvor: Transet Ansvarlig rekrutt: Torodd Kolbergsrud Ansvarlig 13+: Øyvind Roger Hansen m/fam	31	1	2