

Program Motionsorientering VOK 2025			
		Ansvariga	Akt. / Karta
Maj			
M 5	18.30	Anders J, Erland, anders.johansson@vannas.se, erland.r.jonsson@gmail.com	Motions-OL VOK, Pengfors
M 12	18.30	Ulf Lindström doktorulf@gmail.com, Jens Rudberg jens@krylla	Motions-OL VOK, Vännäsby
M 19	18.30	Jonas Gustafsson ponas83@gmail.com, Lisa Persson lisa.persson.2@umea.se	Motions-OL VOK, Kronberget
M 26	18.30	Joel Kärrman joel.karrman@umu.se	Motions-OL VOK, Överboda (Myrbäck)
Juni			
M 2	18.30	Hjalmar Laudon hjalmar.laudon@slu.se	Motions-OL VOK, Stennäs
M 9	18.30	Håkan/Anita Nilsson, anita.nilsson@rodabygden.com	Motions-OL VOK, Vännäsby
M 16	18.30	Johan Johansson johanssonjo@hotmail.com	Motions-OL VOK, Trinnliden
M 23	18.30	Stefan Lindgren stefan.lindgren100@outlook.com	Motions-OL VOK, Starberget
M 30	18.30	Jonas Fridman, Jonas.Fridman@slu.se	Motions-OL VOK, Överboda
AUG			
M 11	18.30	Greger Hallnor Greger.hallnor@kajs.se	Motions-OL VOK, Marahällan
M 18	18.30	Pär Norén/ SK Björnen	Motions-OL VOK/SK Björnen, Tvärålund
M 25	18.30	Pär Norén	U-cup, Motions-OL VOK, Överboda
SEP			
M 1	18.30	Fredrik Nilbrink fredrik.nilbrink@gmail.com	Motions-OL VOK, Vännäsby
M 8	18.00	Gunnar Kalén kalengunnar@gmail.com	Motions-OL VOK, Kronberget
M 15	18.00		Motions-OL VOK, Sprint
O 24	18.00	Joel Kärrman joel.karrman@umu.se Pär Norén	Natt-cup, Motions-OL VOK, Natt,
OKT			
S 5	11.00		Vännäs OK Distriktstävling, medeldistans, Strand

Vid varje träningsorientering finns fyra banor. Lätt 2,0 km, Medelsvår 3 km, Svår 3 km, Svår 5 km.

Vid Nattorientering och sprint tre banor. I normalfallet används SportIdent stämpelsystem. Hyrbrickor finns!

Frågor om kartor, banor: Pär Norén par.noren@umu.se, 070-6373212

Frågor om Sportident: Jonas Fridman jonas.fridman63@gmail.com 070-6784052