

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan april – juli 2023

Hvornår	Hvad	Hvor	Hvem
Torsdag den 30. marts 2023 kl. 17:00.	Træningsløb Spisning i klubhuset efter træningsløb. Tilmelding til spisning rita-olav@hotmail.com	Gåsebjergsand. Mødested: Klubhuset, Odensevej 150, 5600 Faaborg	Peter Mindegaard
April			
Søndag den 2. april kl. 10.00	Divisionsmatch 2. div. Syd Faaborg OK kæmper Tilmelding via https://www.o-service.dk	Jelling Skov	OK Gorm
Skærtorsdag den 6. april til lørdag den 8. april 2023	Påskeløb Tilmelding via https://www.o-service.dk	Ålum, Vindum og Dollerup	Viborg OK
Tirsdag den 11. april 2023 kl. 18:00 – 19:30	Sy´fyns 5 daws 1. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Oure skolerne	Svendborg OK
Torsdag den 13. april 2023 kl. 17.30	Træningsløb	Damsbo Små skove Mødested: Damsbo gods, bag den røde lade. Strandbyvej 62, Haarby	Søren Klingenberg
Søndag den 16. april	Åbent stævne og 1. divisionsmatch	Kærgård plantage	OK Esbjerg
Tirsdag den 18. april 2023 kl. 18.00	Sy´fyns 5 daws 2. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Højes Riis	Svendborg OK
Torsdag den 20. april 2023 kl. 17.30	Træningsløb	Svanninge Bjerger, Knagelbjerg. Mødested: Hovedvej 8, P plads over for Reventlowsvej 93, 5600 Faaborg	Hans Larsen

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan april – juli 2023

Søndag den 23. april	DM Ultralang	Hoverdal Plantage	Herning OK
Torsdag den 27. april 2023 kl. 17.30	Træning i Faaborg OK Samtidig afholdes Fynbo karrusellen Tilmelding via http://www.fynsksprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Sollerup Skov. Mødested: Sollerupvej, 200-300 m fra krydset ved landevej 43, Odense-Faaborg landevejen	Erik Ljungdal Johnny Rosenkjær Olav Christoffersen Aksel Skovlyst
Søndag den 30. april	Divisionsmatch 2. div. Syd Faaborg OK kæmper Tilmelding via https://www.o-service.dk	Harte Skov Mødested: Brødsgårdsvej 52, 6000 Kolding	Kolding OK
Maj			
Mandag den 1. maj 2023 kl. 17.30	Fynbokarrusellen. For ungdomsløbere, samt chauffører og hjælpere Tilmelding via http://www.fynsksprintcup.dk/o-fyn.svok.dk		OK Melfar
Tirsdag den 2. maj 2023 kl. 18.00	Sy´fyns 5 daws 3. etape Tilmelding via http://www.fynsksprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Lakkendrup	Svendborg OK
Torsdag den 4. maj 2023 kl. 17.30	Træningsløb Rita og Olav serverer varme hveder- efter træning	Svanninge Bakker Mødested: Klubhuset på Odensevej 150, 5600 Faaborg	Fam. Hedemann
Søndag den 7. maj 2023 kl. 10:00	Gudenådysten	Sønderskoven	Silkeborg OK
Tirsdag den 9. maj 2023 kl. 18.00	Sy´fyns 5 daws 4. etape Tilmelding via http://www.fynsksprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Thurø	Svendborg OK
Torsdag den 11.	Træningsløb	Svanninge Bakker	Bent Mikkelsen

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan april – juli 2023

maj 2023 kl. 17.30		Mødested: Klubhuset på Odensevej 150, 5600 Faaborg	
Søndag den 14. maj 2023	JFM Sprint Tilmelding via https://www.o-service.dk	Vestbyen/Campus	Horsens OK
Tirsdag den 16. maj 2023 kl. 18.00	Sy´fyns 5 daws 5. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Svendborg By	Svendborg OK
Torsdag den 18. maj 2023 Kr. Himmelfartsdag	Grænsedysten Tilmelding via https://www.o-service.dk	Frøslev Nord	OK Syd
Torsdag den 25. maj	Spireløbet i Odense Åbent løb		Odense OK
Fredag den 26. maj Lørdag den 27. maj Søndag den 28. maj	Fyns Sprint cup Tilmelding via https://www.o-service.dk	Ærø	Faaborg/Svendborg/Odense/Melfar
Tirsdag den 30. maj 2023 kl. 17.30 - 18.45	Fyns 5 – dages 1. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Nårup Femtning. Mødested. Krengerupvej 92, 5690 Tommerup	Odense OK
Juni			
Torsdag den 1. juni 2023 kl. 17.30 – 18.45	Fyns 5 – dages 2. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Skibhusskoven. Mødested: Marienlystcentret, Windelsvej 118, 5000 Odense C	Odense OK
Lørdag den 3. juni	DM Sprint Tilmelding via https://www.o-service.dk	Ebeltoft	OK Pan
Søndag den 4. juni	DM Sprint stafet	Rønede	OK Pan

Faaborg OK

Løbs- og træningsplan april – juli 2023

	Tilmelding via https://www.o-service.dk		
Tirsdag den 6. juni kl. 17.30 – 18.45	Fyns 5 – dages 3. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Hunderup Mødested: Fruens Bøge skov 7, 5250 Odense SV	Odense OK
Torsdag den 8. juni 2023 kl. 17.30	Ingen Træning		
Tirsdag den 13. juni kl. 17.30 – 18.45	Fyns 5 – dages 4. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Elmelund Mødested: P plads Elmelundsvej 147, 5250 Odense SV	Odense OK
Torsdag den 15. juni kl. 17.30 – 18.45	Fyns 5 – dages 5. etape Tilmelding via http://www.fynskssprintcup.dk/o-fyn.svok.dk	Åløkkeskoven. Mødested: Jægerhuset, Jægerhusstien 1, 5000 Odense C	Odense OK
Torsdag den 22. juni 2023 kl. 17.30	Træningsløb m. Stafet og afslutning på forårssæsonen Rita og Olav tænder grillen.	Sollerup Skov. Mødested: Bålpladsen ved Sollerupvej, ca.150 m fra landevejen	Hans Erik Larsen
Torsdag den 29. juni 2023	forårssæsonen er slut		
Juli			
30. juni -2. juli 2023	Vikingedyst Tilmelding via https://www.o-service.dk	Haderslev By, Hytterkobbøl og Stursbøl	OK H.T.F.
12. – 15. juli 2023	Skaw-Dysten		Skagen OK & Motion, OK Vendelboerne og Skive AMOK