

**PROGRAM for Kolding Orienterings Klub  
Marts 2019**

- Fredag d. 1. marts Natcup Syd i Fuglsang ved Fredericia. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 24. februar.**
- Lørdag d. 2. marts Træningsløb i Hannerup/Fuglsang v/ OK FROS. Mødested: FROS's klubhus, Hannerup Engvej 1 C, Fredericia. Start mellem kl. 13 og 14. Sædvanlige træningsløbsbaner. Mulighed for bad. **Løbet er det sidst tællende til Vintercuppen.**
- Mandag d. 4. marts Styrketræning på Bakkeskolen kl.19.00.
- Onsdag d. 6. marts Onsdagstræning fra Bøgelund kl. 17.30 med poster i skoven. Derefter fællesspisning i klublokalet.
- Torsdag d.7. marts Natugle 1 (natløb) i Bygholm Skov v/Horsens OK. Oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 1. marts.**
- Fredag d. 8. marts Natcup Syd i Nørreskoven i Vejle. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 3. marts.**
- 8., 9. og 10 marts Juniorkursus i Silkeborg. Ordinær tilmelding er overskredet, men prøv evt. pr. mail, se indbydelsen på O-service.
- Mandag d. 11.marts Styrketræning på Bakkeskolen kl.19.00.
- Onsdag d. 13. marts Løbetræning fra Bøgelund kl. 17.30. Derefter fællesspisning i klublokalet.
- Torsdag d. 14. marts Natugle 2 (natløb) i Sunds Kommune Plantage. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senes **den 10. marts.**
- 15., 16. og 17. marts Nordjysk 2-dages med fortræning fredag i Kollerup Klitplantage. Natprolog fredag i Svinkløv Klitplantage og lørdag og søndag langdistance og mellemdistance i Tranum Klitplantage. Yderligere oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 3. marts.**
- Mandag d. 18.marts Styrketræning på Bakkeskolen kl. 19.00.
- Onsdag d. 20. marts Onsdagstræning og børne-ungdomstræning fra Bøgelund kl. 17.30. Derefter fællesspisning i klublokalet.
- Onsdag d. 20. marts Natugle 3 (natløb) i Stenholt/Buchwaldt Plantage ved Karup. Oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 15. marts.**
- Lørdag d. 23. marts DM nat i Holstenshuus v/Faaborg OK. Oplysninger og tilmelding via O-service senest **den 8. marts.**
- Søndag d. 24. marts Inviterer HTF og IFS til Intro og Træning i Biathlon Orientering. Det foregår i Søgård Bjergskov. Interesserede kan få yderligere oplysninger hos Krøller, der også skal have tilmelding senest **den 16. marts.**
- Mandag d. 25. marts Styrketræning på Bakkeskolen kl. 19.00.
- Onsdag d. 27. marts Onsdagstræning fra Bøgelund kl. 17.30 med poster i skoven. Derefter fællesspisning i klublokalet.
- Lørdag d. 30. marts KOK har 50 års jubilæum. Se mere herom på KOK's hjemmeside.**
29. 30. og 31. marts Danish Spring med sprint i Lyngby og o-løb i Tisvilde Hegn. Yderligere oplysninger og tilmelding via o-service senest **den 14 marts.**
- Den 7. april er KOK som bekendt arrangør af DM ultralang i Frederikshåb. Ungdomsløbere og seniorer med medaljechance kan tilmeldes **senest den 22. marts**, hvis du da ikke har givet tilsagn om at hjælpe.
- Husk den 14 april Divisionsmatch i 1. div., hvor KOK skal møde Snab, Odense og HTF på Sukkertoppen v/Horsens OK. Tilmeldingsfrist er 5. april, men sæt allerede nu kryds i kalenderen.**