

Januar		Februar		Marts		April		Maj		Juni	
T 1	1	F 1		F 1		M 1	Klubtræning	O 1		L 1	MTBO Cup
O 2		L 2	Vintercup #5/ MTBO	L 2	MTBO	T 2	MTBO	T 2	Klubtræning	S 2	MTBO Cup
T 3	Klubtræning	S 3	Ssøn	S 3	Ssøn/ VL	O 3		F 3		M 3	Klubtræning 23
F 4		M 4	Klubtræning 6	M 4	Klubtræning 10	T 4	Klubtræning	L 4		T 4	MTBO
L 5	Vintercup #3/ MTBO	T 5	Gymnastik	T 5	Gymnastik	F 5		S 5	Div.match #1 KL	O 5	Skovcup
S 6	Ssøn/ Nytårsstafet	O 6	Natcup #7 Pedersted	O 6		L 6	KT	M 6	Klubtræning 19	T 6	Klubtræning Scup#1
M 7	Klubtræning 2	T 7	Generalforsamling	T 7	Klubtræning	S 7	DM-ultralang Frederiksh KT	T 7	MTBO	F 7	
T 8	Gymnastik	F 8		F 8	JUN Silkeborg	M 8	Klubtræning 15	O 8	Skovcup	L 8	Testløb Aarhus(åbent)
O 9	Natcup #5 Jonstrup Vang	L 9	Vinter-OL/ MTBO	L 9	JUN Silkeborg/ MTBOserie	T 9	MTBO	T 9	Klubtræning	S 9	Testløb Himmelbjerg(åbent)
T 10	Foredrag:Sverige på langs	S 10		S 10	Ssøn/ JUN Silkeborg	O 10		F 10		M 10	Testløb Himmelbjerg(åbent)
F 11		M 11	7	M 11	Klubtræning 11	T 11	Klubtræning	L 11	SM-stafet/ Bymidtløb	T 11	MTBO
L 12	Vinter-OL/ MTBOserie	T 12		T 12	Gymnastik	F 12		S 12	SM-lang KL	O 12	
S 13	Ssøn	O 13		O 13	SM-nat Rude Skov	L 13		M 13	Klubtræning 20	T 13	Klubtræning Scup#2
M 14	Klubtræning 3	T 14		T 14		S 14		T 14	MTBO	F 14	MTBO sprint
T 15	Gymnastik	F 15		F 15	KT	M 15	Klubtræning 16	O 15	Skovcup	L 15	MTBO DM-lang
O 16		L 16	MTBO	L 16	MTBO/Nordjysk 2-dage: KT	T 16	MTBO	T 16	Klubtræning	S 16	MTBO DM-mel./SM-sprint
T 17	Klubtræning	S 17		S 17	Ssøn/ Nordjysk 2-dages KT	O 17	Påsketur/MTBO Camp KT	F 17	MTBO Cup	M 17	Klubtræning 25
F 18	U1	M 18	Klubtræning 8	M 18	Klubtræning 12	T 18	Påsketur/MTBO Camp KT	L 18	MTBO Cup/ Fyns sprintcup	T 18	MTBO
L 19	U1/Vintercup #4/MTBOserie	T 19	Gymnastik	T 19	Gymnastik	F 19	Påsketur/MTBO Camp KT	S 19	MTBO Cup	O 19	
S 20	Ssøn/ U1	O 20		O 20		L 20	Påsketur/MTBO Camp KT	M 20	21	T 20	Klubtræning Scup#3
M 21	Klubtræning 4	T 21	Klubtræning	T 21	Klubtræning	S 21	MTBO Camp	T 21	MTBO	F 21	
T 22	Gymnastik	F 22	U2	F 22		M 22	17	O 22	Skovcup	L 22	Skovcup Finale (AOK)
O 23	Natcup #6 Ravnholt (AOK)	L 23	U2/ Vinter-OL/ MTBO	L 23	DM-nat Faaborg/ MTBO	T 23	MTBO	T 23	Klubtræning	S 23	
T 24		S 24	Ssøn/ U2	S 24	Ssøn	O 24		F 24	KT	M 24	Klubtræning 26
F 25		M 25	Klubtræning 9	M 25	Klubtræning 13	T 25	Klubtræning	L 25	DM-sprint Grindsted KT	T 25	MTBO
L 26	Vinter-OL/ MTBOserie	T 26	Gymnastik	T 26	Gymnastik	F 26	10Mila KT	S 26	DM-mixsprintstafet KT	O 26	
S 27	Ssøn/ VL Amager	O 27	Natcup #8 Ganløse Ore	O 27		L 27	10Mila KT	M 27	Klubtræning 22	T 27	Klubtræning
M 28	Klubtræning 5	T 28		T 28	Klubtræning	S 28	10Mila KT	T 28	MTBO	F 28	U1
T 29	Gymnastik			F 29	Danish Spring sprint	M 29	Klubtræning 18	O 29	Skovcup (AOK)	L 29	U1/ U2
O 30			Rød skrift: Tilmelding i O-service	L 30	Danish Spring mel./MTBO KL	T 30	MTBO	T 30	MTBO Cup	S 30	U1/ U2
T 31	Klubtræning		Blå skrift: Anden tilmelding påkrævet.	S 31	Danish Spring lang			F 31	MTBO Cup		
			Sort skrift: Ingen tilmelding								

Mini = kursusdag for 8-10 årige

U1 = weekend/sommerlejr for 11-13 årige

U2 = camp/sommerlejr for 14-16 årige

JUN = samling/sommerlejr for 17-20 årige

TC = TalentCenter træning + hver onsdag hele året (fremgår ikke her)

Klubtræning = voksen-, familie- og ungdomstræning

MTBO = MTBO klubtræning

Ssøn= Supersøndag, Klubtræning inkl frokost for hele klubben (Korthuset)

F&M = Familie- og Motionsorientering (Klubtræning og åbent arrangement)

KL = Klubløb (alle medlemmer opfordres til at deltage)

KT = Klubtur arrangeres (kvalitetsløb som alle bør deltage i)

(AOK) = Klubben arrangerer dette løb - hjælpere indkaldes

VL = Vinterlangdistanceløb (4/7/13/17 km), se www.o-service.dkVinter-OL = Træningsløb, se www.ballerup-ok.dk/lob/vinter-ol

Juli		August		September		Oktober		November		December	
M 1	U1/ U2 27	T 1	MTBO VM-tour/ JUN	S 1	Midgårdsormen Myrhøj KT	T 1	MTBO 40	F 1		S 1	Adventsløbet #46
T 2	U1/ U2	F 2	MTBO VM-tour/ JUN	M 2	Klubtræning 36	O 2		L 2	Klubmesterskabstur KL KT	M 2	Klubtræning 49
O 3	U1/ U2	L 3	MTBO VM-tour/ JUN	T 3	MTBO	T 3	Klubtræning	S 3	Klubmesterskabstur KT	T 3	
T 4	U2	S 4	MTBO VM-tour/ JUN	O 4		F 4		M 4	Klubtræning 45	O 4	
F 5	U2	M 5		T 5	Klubtræning 32	L 5	Bymidtløb	T 5		T 5	Klubtræning
L 6	JWOC Tour	T 6	MTBO	F 6	MTBO Cup	S 6		O 6		F 6	
S 7	JWOC Tour	O 7		L 7	MTBO Cup	M 7	Klubtræning 41	T 7	Klubtræning	L 7	Vintercup #1/ MTBO
M 8	JWOC Tour 28	T 8		S 8	Div.match #2 KL	T 8	MTBO	F 8		S 8	
T 9		F 9		M 9	Klubtræning 37	O 9		L 9	MTBO	M 9	Klubtræning 50
O 10	JWOC Tour	L 10		T 10	MTBO	T 10	Klubtræning	S 10	F&M/ Jættemilen Gribskov	T 10	
T 11	JWOC Tour	S 11		O 11		F 11		M 11	Klubtræning 46	O 11	
F 12	JWOC Tour/Skaw-Dysten	M 12	Klubtræning 33	T 12	Klubtræning	L 12	MTBO Cup/ 25manna KT	T 12		T 12	
L 13	Skaw-Dysten	T 13	MTBO	F 13		S 13	MTBO Cup/ 25manna KT	O 13	Natcup #2	F 13	
S 14	Skaw-Dysten	O 14		L 14	DM-stafet Gribskov	M 14		T 14		L 14	MTBO
M 15		T 15	Klubtræning 29	S 15	DM-lang Søskoven	T 15		F 15		S 15	Bymidtløb
T 16		F 16		M 16	Klubtræning 38	O 16		L 16	MTBO	M 16	Klubtræning 51
O 17		L 17	JFM-stafet Langeland	T 17	MTBO	T 17		S 17	F&M	T 17	
T 18		S 18	JFM-lang Langeland	O 18		F 18		M 18	Klubtræning 47	O 18	
F 19		M 19	Klubtræning 34	T 19	Klubtræning	L 19		T 19		T 19	Klubtræning
L 20		T 20	MTBO	F 20		S 20	F&M	O 20		F 20	
S 21		O 21		L 21		M 21	Klubtræning 43	T 21	Klubtræning	L 21	Vintercup #2/ MTBO
M 22	O-ringen 30	T 22	Klubtræning	S 22	Div-match #3 op/ ned KL	T 22	MTBO	F 22		S 22	
T 23	O-ringen	F 23		M 23	Klubtræning 39	O 23		L 23	MTBO	M 23	
O 24		L 24		T 24	MTBO	T 24	Klubtræning	S 24	F&M	T 24	
T 25	O-ringen	S 25	3.-6.div.match(AOK)	O 25		F 25	KUM	M 25	Klubtræning 48	O 25	Juledag
F 26	O-ringen/ MTBO VM-tour	M 26	Klubtræning 35	T 26	Klubtræning	L 26	KUM-lang	T 26		T 26	2. juledag
L 27	O-ringen/ MTBO VM-tour	T 27	MTBO	F 27		S 27	F&M/ KUM-stafet	O 27		F 27	
S 28	MTBO VM-tour	O 28		L 28	MTBO Cup (AOK)	M 28	Klubtræning 44	T 28		L 28	MTBO
M 29	MTBO VM-tour/ JUN 31	T 29	Klubtræning	S 29		T 29		F 29		S 29	
T 30	MTBO VM-tour/ JUN	F 30		M 30	Klubtræning	O 30		L 30	MTBO	M 30	1
O 31	MTBO VM-tour/ JUN	L 31	DM-mellem Rold/Bymidtløb KT			T 31				T 31	

Mini = kursusdag for 8-10 årige

U1 = weekend/sommerlejr for 11-13 årige

U2 = camp/sommerlejr for 14-16 årige

JUN = samling/sommerlejr for 17-20 årige

TC = TalentCenter træning + hver onsdag hele året (fremgår ikke her)

Klubtræning = voksen-, familie- og ungdomstræning

MTBO = MTBO klubtræning

Søn = Supersøndag, Klubtræning inkl frokost for hele klubben (Korthuset)

F&M = Familie- og Motionsorientering (Klubtræning og åbent arrangement)

KL = Klubløb (alle medlemmer opfordres til at deltage)

KT = Klubtur arrangeres (kvalitetsløb som alle bør deltage i)

(AOK) = Klubben arrangerer dette løb - hjælpere indkaldes

KUM = KredsUngdomsMatch