

Januar		Februar		Marts		April		Maj		Juni	
O 1	1	L 1	Vintercup #5/ MTBO	S 1	F&M/U2/Sv. Premiären KT	O 1		F 1		M 1	23
T 2		S 2	F&M	M 2	Ungdoms/klubtræning 10	T 2	Klubtræning	L 2		T 2	MTBO
F 3		M 3	Ungdoms/klubtræning 6	T 3	Gymnastik	F 3		S 3	SM Sprint	O 3	
L 4	Vintercup #3/ MTBO	T 4	Gymnastik	O 4	Natcup #8 Ryget Skov	L 4	Sverige KT	M 4	Ungdoms/klubtræning 19	T 4	Klubtræning Scup#1
S 5	F&M	O 5	Natcup #7 Rude Skov	T 5		S 5	Sverige KT	T 5	MTBO	F 5	Sprint Hillerød
M 6	Ungdoms/klubtræning 2	T 6		F 6		M 6	15	O 6		L 6	Mellem Gribskov KL
T 7	Gymnastik	F 7		L 7	MTBOserie (AOK)	T 7	MTBO	T 7	Klubtræning	S 7	Lang Gribskov
O 8	Natcup #5 Gribskov	L 8	Vinter-OL/ MTBOserie	S 8	F&M	O 8	KT	F 8		M 8	Ungdoms/klubtræning 24
T 9		S 9	F&M	M 9	Ungdoms/klubtræning 11	T 9	Påskeløb Røme KT	L 9	SM-stafet Tisvilde	T 9	MTBO
F 10	U1	M 10	7	T 10	Gymnastik	F 10	Påskeløb Røme KT	S 10	SM-lang Tisvilde KL	O 10	
L 11	U1/ Vinter-OL/ MTBO	T 11		O 11	Voksen-teknik #2	L 11	Påskeløb Røme KT	M 11	Ungdoms/klubtræning 20	T 11	Klubtræning Scup#2
S 12	F&M/ U1/ Nytårsstafet	O 12		T 12	Klubtræning	S 12		T 12	MTBO	F 12	DM MTBO Sprint KT
M 13	Ungdoms/klubtræning 3	T 13		F 13	KT	M 13	16	O 13		L 13	DM MTBO Lang KT
T 14	Gymnastik	F 14		L 14	Nordjysk 2-dages/MTBC KT	T 14	MTBO	T 14	Klubtræning	S 14	DM MTBO Mellem KT
O 15		L 15		S 15	F&M/ Nordjysk 2-dages KT	O 15		F 15		M 15	Ungdoms/klubtræning 25
T 16	Klubtræning	S 16	F&M	M 16	Ungdoms/klubtræning 12	T 16	Klubtræning	L 16		T 16	MTBO
F 17		M 17	Ungdoms/klubtræning 8	T 17	Gymnastik	F 17		S 17		O 17	
L 18	Vintercup #4/ Klubfest	T 18	Gymnastik	O 18	SM-nat (AOK)	L 18		M 18	Ungdoms/klubtræning 21	T 18	Klubtræning Scup#3
S 19	F&M	O 19		T 19	Klubtræning	S 19	Div.match #1-Kongelund KL	T 19	MTBO	F 19	
M 20	Ungdoms/klubtræning 4	T 20	Klubtræning	F 20		M 20	Ungdoms/klubtræning 17	O 20		L 20	Skovcup Finale
T 21	Gymnastik	F 21	JUN Thy	L 21	Voksen-tek.#3/DM-nat + KT	T 21		T 21		S 21	
O 22	Natcup #6 Lille Hareskov	L 22	JUN Thy/ Vinter-OL/ MTBO	S 22	F&M KT	O 22	MTBO Camp	F 22		M 22	Ungdoms/klubtræning 26
T 23		S 23	F&M/ JUN Thy	M 23	Ungdoms/klubtræning 13	T 23	MTBO Camp/ Klubtræning	L 23	DM-mixsprintstafet Hobi KT	T 23	
F 24		M 24	Ungdoms/klubtræning 9	T 24	Gymnastik	F 24	MTBO Camp	S 24	DM-sprint Aalborg KT	O 24	
L 25	Vinter-OL/ MTBOserie	T 25	Gymnastik	O 25		L 25	MTBO Camp	M 25	Ungdoms/klubtræning 22	T 25	Klubtræning
S 26	F&M	O 26	Voksen-teknik #1	T 26		S 26	MTBO Camp	T 26	MTBO	F 26	
M 27	Ungdoms/klubtræning 5	T 27	Generalforsamling	F 27	Danish Spring	M 27	Ungdoms/klubtræning 18	O 27		L 27	U1/ U2
T 28	Gymnastik	F 28	U2/ Sv. Premiären KT	L 28	Danish Spring (AOK)	T 28	MTBO	T 28	Klubtræning	S 28	U1/ U2
O 29		L 29	U2/ Sv. Pre/ MTBOserie KT	S 29	Danish Spring (AOK)	O 29		F 29		M 29	U1/ U2 27
T 30	Klubtræning	Rød skrift: Tilmelding i O-service		M 30	Ungdoms/klubtræning 14	T 30	Klubtræning	L 30		T 30	U1/ U2
F 31		Blå skrift: Anden tilmelding påkrævet.		T 31	MTBO			S 31			

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 Vinter-OL = Træningsløb, se www.ballerup-ok.dk/lob/vinter-ol)

Klubtræning = voksen-, familie- og ungdomstræning

MTBO = MTBO klubtræning

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

VL = Vinterlangdistanceløb (4/7/13/17 km), se www.o-service.dk

KL = Klubløb (alle medlemmer opfordres til at deltage)

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

(AOK) = Klubben arrangerer dette løb - hjælpere indkaldes

Juli		August		September		Oktober		November		December	
O 1	U1/ U2	L 1	JUN	T 1	MTBO	T 1	Klubtræning	S 1	DM-ultralang MolsBjerg	KT	T 1
T 2	U2	S 2	JUN	O 2		F 2		M 2	Ungdoms/klubtræning	45	O 2
F 3		M 3	32	T 3	Klubtræning	L 3		T 3	Gymnastik		T 3
L 4		T 4		F 4		S 4	MTB Marathon2 (AOK)	O 4			F 4
S 5		O 5		L 5		M 5	Ungdoms/klubtræning	41	T 5	Klubtræning	L 5
M 6	WOC-tour	KT	T 6	S 6		T 6	MTBO	F 6	KUM Nordkreds		S 6
T 7	WOC-tour	KT	F 7	M 7	Ungdoms/klubtræning	37	O 7	L 7	KUM Nordkreds/ MTBO		M 7
O 8	WOC-tour	KT	L 8	T 8	MTBO	T 8	Klubtræning	S 8	KUM Nordk./ Jættemil		T 8
T 9	WOC-tour	KT	S 9	O 9		F 9		M 9	Ungdoms/klubtræning	46	O 9
F 10	WOC-tour	KT	M 10	Ungdoms/klubtræning	33	T 10	Klubtræning	L 10	Portugal Aguiar da Beira	KT	T 10
L 11	WOC-tour	KT	T 11	MTBO		F 11		S 11	Portugal Aguiar da Beira	KT	O 11
S 12		O 12		L 12	DM-stafet Blåbjerg Plan	KT	M 12	Portugal Aguiar da Beira	KT	T 12	Klubtræning
M 13		29	T 13	Klubtræning	S 13	DM-lang Hjelm Skov	KT	T 13	Portugal Aguiar da Beira	KT	F 13
T 14		F 14		M 14	Ungdoms/klubtræning	38	O 14	Portugal Aguiar da Beira	KT	L 14	MTBO
O 15		L 15		T 15	MTBO	T 15	Portugal Aguiar da Beira	KT	S 15		T 15
T 16		S 16		O 16		F 16	Portugal Aguiar da Beira	KT	M 16	Ungdoms/klubtræning	47
F 17		M 17	Ungdoms/klubtræning	34	T 17	Klubtræning	L 17	Portugal Aguiar da Beira	KT	T 17	Gymnastik
L 18		T 18	MTBO	F 18		S 18		O 18			F 18
S 19		O 19		L 19		M 19	Ungdoms/klubtræning	43	T 19	Klubtræning	L 19
M 20		30	T 20	Klubtræning	S 20	Div.match #3 bliv/ned	KL	T 20	Gymnastik		S 20
T 21		F 21		M 21	Ungdoms/klubtræning	39	O 21		L 21	MTBO	M 21
O 22		L 22		T 22	MTBO	T 22	Klubtræning	S 22			T 22
T 23		S 23	Div.match #2 Hannev	KL	O 23		F 23	Höst-Open	KT	M 23	Ungdoms/klubtræning
F 24		M 24	Ungdoms/klubtræning	35	T 24	Klubtræning	L 24	Höst-Open	KT	T 24	Gymnastik
L 25		T 25	MTBO	F 25		S 25	Höst-Open	KT	O 25		F 25
S 26		O 26		L 26		M 26	Ungdoms/klubtræning	44	T 26	Klubtræning	L 26
M 27	JUN	31	T 27	Klubtræning	S 27	MTB Marathon1 (AOK)	T 27	Gymnastik	F 27		S 27
T 28	JUN	F 28		M 28	Ungdoms/klubtræning	40	O 28		L 28	MTBO	M 28
O 29	JUN	L 29	DM-mellem Aggebo-Gr	KL	T 29	MTBO	T 29	Klubtræning	S 29		T 29
T 30	JUN	S 30	Midgårdsormen	KT	O 30		F 30		M 30	Ungdoms/klubtræning	49
F 31	JUN	M 31	Ungdoms/klubtræning	36			L 31	MTBO	KT		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 Vinter-OL = Træningsløb, se www.ballerup-ok.dk/lob/vinter-ol)

Klubtræning = voksen-, familie- og ungdomstræning

MTBO = MTBO klubtræning

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

VL = Vinterlangdistanceløb (4/7/13/17 km), se www.o-service.dk

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