

VAOK terminliste 2016

januar	
1	Fr 1. nyttårsdag
2	Lø
3	Sø
4	Ma
5	Ti
6	On TV - Cupen 1 - natt
7	To
8	Fr
9	Lø
10	Sø
11	Ma
12	Ti
13	On
14	To
15	Fr
16	Lø
17	Sø
18	Ma
19	Ti
20	On TV - Cupen 2 - natt
21	To
22	Fr
23	Lø
24	Sø
25	Ma
26	Ti
27	On
28	To
29	Fr
30	Lø
31	Sø

februar	
Uke 5	1 Ma
	2 Ti
	3 On TV - Cupen 3 - natt
	4 To
	5 Fr
	6 Lø
	7 Sø
Uke 6	8 Ma
	9 Ti
	10 On
	11 To
	12 Fr
	13 Lø
	14 Sø
Uke 7	15 Ma
	16 Ti
	17 On TV - Cupen 4 Finale - natt
	18 To
	19 Fr
	20 Lø
	21 Sø
Uke 8	22 Ma Vinterferie
	23 Ti Vinterferie
	24 On Vinterferie
	25 To Vinterferie
	26 Fr Vinterferie
	27 Lø
	28 Sø
Uke 9	29 Ma

mars	
	1 Ti
	2 On
	3 To
	4 Fr
	5 Lø
	6 Sø
Uke 10	7 Ma
	8 Ti
	9 On Karusell - natt KOK
	10 To
	11 Fr
	12 Lø Nordjysk 2 dager
	13 Sø Nordjysk 2 dager
Uke 11	14 Ma
	15 Ti
	16 On Karusell - natt Oddersjaa
	17 To
	18 Fr
	19 Lø KOK 2-dagers
	20 Sø Palmesøndag KOK2-dagers
Uke 12	21 Ma
	22 Ti
	23 On
	24 To Skjærtorsdag
	25 Fr Langfredag
	26 Lø
	27 Sø 1. påskedag
Uke 13	28 Ma 2. påskedag
	29 Ti
	30 On
	31 To

VAOK terminliste 2016

april	
1	Fr
2	Lø
3	Sø
4	Ma
5	Ti Karusell løp 1 - Imås IL, Mellom
6	On
7	To
8	Fr Trondheim Sprint Camp
9	Lø Trondheim Sprint Camp + wre / SSOK Nærløp
10	Sø Trondheim Sprint Camp / SSOK Nærløp
11	Ma
12	Ti
13	On Karusell løp 2 - Birkenes
14	To
15	Fr
16	Lø Sørøpene
17	Sø Smaaleneløpet Østfold / Sørøpene
18	Ma
19	Ti
20	On Karusell løp 3 -Trauma/Sprint
21	To
22	Fr EM Testløp sprint - Østfold
23	Lø Norwegian Spring - Østfold / Torridalsløpet
24	Sø Norwegian Spring - Østfold
25	Ma
26	Ti
27	On Karusell løp 4 - Otra IL
28	To
29	Fr
30	Lø KM Sprint - Imås IL

mai	
1	Sø KM Mellom - IK Grane
Uke 18	2 Ma
3	Ti KSO 1?
4	On Karusell løp 5 - Marnardal
5	To Kristi himmelfart
6	Fr Skolefri
7	Lø NM Sprint - Varegg
8	Sø NM Sprint stafett - Varegg
Uke 19	9 Ma
10	Ti KSO2?
11	On Karusell løp 6 - Vindbjart
12	To
13	Fr
14	Lø Pinseløp - Kongsberg/Hedmark & TIO Mila
15	Sø Pinseløp - Kongsberg/Hedmark & TIO Mila
Uke 20	16 Ma 2. pinsedag - Pinseløp Kongsberg / Hedmark
17	Ti Grunnlovsdagen
18	On Karusell løp 7 - IL Express
19	To
20	Fr
21	Lø Torridalsløpet
22	Sø
Uke 21	23 Ma
24	Ti KSO3?
25	On Karusell løp 8 - Oddersjaa / Balchens Minneløp
26	To
27	Fr
28	Lø
29	Sø
Uke 22	30 Ma
31	Ti KSO4?

juni	
1	On Karusell løp 9 - Hisøy
2	To
3	Fr
4	Lø Testløp Junior VM - Nydalen
5	Sø Testløp Junior VM - Nydalen
Uke 23	6 Ma
7	Ti
8	On Karusell løp 10 - OK Sør
9	To
10	Fr
11	Lø
12	Sø
Uke 24	13 Ma
14	Ti
15	On Karusell løp 11 - Torridal
16	To
17	Fr Veteranløpet AAOK
18	Lø Jukola
19	Sø Jukola
Uke 25	20 Ma
21	Ti
22	On Karusell løp 12 Hisøy (Siste skoledag)
23	To
24	Fr O-festivalen
25	Lø O-festivalen
26	Sø O-festivalen
Uke 26	27 Ma
28	Ti
29	On Karusell løp 13 - SSOK
30	To

VAOK terminliste 2016

juli	
1	Fr
2	Lø
3	Sø
4	Ma
5	Ti
6	On
7	To Sørlandsgaloppen
8	Fr Sørlandsgaloppen
9	Lø Sørlandsgaloppen
10	Sø Sørlandsgaloppen
11	Ma VM Junior Sveits
12	Ti VM Junior Sveits
13	On
14	To Vm testløp - Østfold / FjordO
15	Fr Vm testløp - Østfold / FjordO
16	Lø Vm testløp - Østfold / FjordO
17	Sø Vm testløp - Østfold / FjordO
18	Ma
19	Ti
20	On
21	To
22	Fr
23	Lø
24	Sø
25	Ma O-ringen
26	Ti O-ringen
27	On O-ringen
28	To O-ringen
29	Fr O-ringen
30	Lø
31	Sø

august	
Uke 31	1 Ma
	2 Ti
	3 On
	4 To
	5 Fr
	6 Lø Hovedløpet - Konnerud
	7 Sø Hovedløpet
Uke 32	8 Ma O-landsleir
	9 Ti O-landsleir
	10 On O-landsleir
	11 To
	12 Fr Night Hawk - Oslo
	13 Lø Night Hawk
	14 Sø
Uke 33	15 Ma
	16 Ti
	17 On Karusell løp 14 - Øyestad IF
	18 To
	19 Fr
	20 Lø SM Lang - Vegårshei
	21 Sø SM Mellom - Trauma (VM Senior - Sverige)
Uke 34	22 Ma (skolestart)
	23 Ti
	24 On Karusell løp 15 - Marnardal
	25 To
	26 Fr
	27 Lø Merkeløpet - Oddersjaa
	28 Sø (VM Senior stafett - Sverige)
Uke 35	29 Ma
	30 Ti
	31 On Karusell løp 16 - IK Grane

september	
	1 To
	2 Fr
	3 Lø KM Lang - Birkenes (EM)
	4 Sø
Uke 36	5 Ma
	6 Ti
	7 On Karusell løp 17 - Hisøy (natt)
	8 To NM Uka - Bodø
	9 Fr NM Uka - Bodø
	10 Lø NM Uka - Bodø
	11 Sø NM Uka - Bodø
Uke 37	12 Ma
	13 Ti
	14 On Karusell løp 18 - SSOK
	15 To
	16 Fr KM Natt - KOK
	17 Lø
	18 Sø KM Stafett - Vindbjart
Uke 38	19 Ma
	20 Ti
	21 On Karusell løp 19 - Vindbjart
	22 To
	23 Fr NM Natt - Sandnes/Rogaland
	24 Lø O-Idol - Sandnes/Rogaland
	25 Sø NM jr. Stafett - Sandnes / Rogaland
Uke 39	26 Ma
	27 Ti
	28 On
	29 To
	30 Fr Karusell løp 20 - Oтра IL

VAOK terminliste 2016

October	
1	Lø
2	Sø
3	Ma Høstferie
4	Ti Høstferie
5	On Høstferie
6	To Høstferie
7	Fr Høstferie
8	Lø
9	Sø
10	Ma
11	Ti
12	On Karusell løp 21 - Høvdingen -natt
13	To
14	Fr
15	Lø
16	Sø
17	Ma
18	Ti
19	On Karusell løp 22 - avslutning Oddersjaa (felles start)
20	To
21	Fr
22	Lø Blodslitet - Fredrikstad
23	Sø
24	Ma
25	Ti
26	On
27	To
28	Fr
29	Lø
30	Sø
31	Ma

November	
1	Ti
2	On
3	To
4	Fr
5	Lø
6	Sø Graneløpet
Uke 45	7 Ma
8	Ti
9	On
10	To
11	Fr
12	Lø
13	Sø
Uke 46	14 Ma
15	Ti
16	On
17	To
18	Fr
19	Lø
20	Sø
Uke 47	21 Ma
22	Ti
23	On
24	To
25	Fr
26	Lø
27	Sø
Uke 48	28 Ma
29	Ti
30	On

December	
1	To
2	Fr
3	Lø
4	Sø
Uke 49	5 Ma
6	Ti
7	On
8	To
9	Fr
10	Lø
11	Sø
Uke 50	12 Ma
13	Ti
14	On
15	To
16	Fr
17	Lø
18	Sø
Uke 51	19 Ma
20	Ti
21	On
22	To
23	Fr
24	Lø julaften
25	Sø 1. juledag
Uke 52	26 Ma 2. juledag (2.Juledagsløpet KOK)
27	Ti
28	On
29	To
30	Fr
31	Lø Nyttårsaften (knoppetangløpet AAOK)