

PROGRAM WIK VÅREN 2011

DATUM	TID	TRÄNING OCH SAMLING	TÄVLINGAR och läger	ÖVRIGT
April 26	18.00	ICA Kvantum kl. 17.30 se övrigt	SPRINT cup Gammelstad 3 deltävlingar totalt resultat	Ni som vill samåka eller behöver skjuts anmäl till Anneli eller Frans tel. 51527
MAJ 3	18.00		Sprint cup G- stad se ovan	
Tors 5	18.00	FÖRSTA TRÄNINGEN träning med information även nybörjare Samling idrottsgården Vittjärv		Kläder för ute träning för alla som vill löpträna, yngre och nybörjare OL bana inomhus
4-8			<i>Läger</i>	<i>USM förberedande</i>
8		SÄSONGSUPPTAKT TRÄFF IDROTTSGÅRDEN KL 15.00		
10	18.00		Sprint cup G- stad se ovan	
15			<i>Seskarö tävling</i> <i>Medel o sprint</i>	<i>Egen anmälan</i>
17	18.15	Sprint stads OL samling Bakom A 9, skärm längs Sveavägen		Ta med Vattenflaska Och plastficka
18		NOF träning WIK		
21-22			<i>Bergnäset</i> <i>tävlingar</i>	<i>Egen anmälan</i>
24	18,15	Sprint stads OL samling Bakom A 9, skärm längs Sveavägen		Ta med Vattenflaska Och plastficka
25		NOF träning ÄIF		
28-29			<i>Tävlingar i</i> <i>Piteå Läger?</i>	<i>Egen anmälan</i>
30		NOF träning PIF		
31	18,15	Sprint stads OL samling Bakom A 9, skärm längs Sveavägen		Ta med Vattenflaska Och plastficka
JUNI				
4-6			<i>Västerbottens 3</i> <i>dagars i Umeå</i>	<i>Egen anmälan, gemensamt</i> <i>boende anmäl behov till</i> <i>Frans W senast 15 maj.</i>
7	18.15	Sprint stads OL samling Bakom A 9, skärm längs Sveavägen		Ta med Vattenflaska Och plastficka
14		<i>Sävast skidstuga</i>	<i>Ungdomscup</i> <i>Vittjärv 1</i>	<i>Egen anmälan</i>
14-16		<i>Gamla A8 området</i>	<i>NOF läger för</i> <i>9-16 år</i>	<i>Ansvariga Frans och Anneli</i>
22		NOF Träning OK Renen		
JULI				
4-10		6-7 juli Vittjärvs 2-dagars med Arena Björknäsvallen	<i>Norrbottens</i> <i>vecka</i>	<i>Tävlingar i Arvidsjaur,</i> <i>Boden och Älvsbyn</i>
24-29		<i>Söderhamn</i>	<i>O-ringen</i>	<i>Egen anmälan</i>