

Uke	Dato	Oppmøte	Ansvarlig arrangør ungdom	Ansvarlig arrangør rekrutter
42	19-okt.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur	Kartet/fargene/kartegn - Tonje
	21-okt.	Blodslitet	Fredrikstad SK	
	22-okt.	Holttun, Skinnmo, Mørk (Hedrum OL)	Treningsløp diverse arrangører	
43	26-okt.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur	Karttegn/ledelinjer/holdepunkter - Tonje
	28-okt.	Skiensmila Inteam-samling	Skien OK I Bø fra lørdag til søndag	
	29-okt.	Tømmermannsløkka, mrk fra Ravelen, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører	
	1-nov.	Kongseik - spenst og styrke		
	2-nov.	Torød speiderhytte	Klubbmesterskap natt (for alle) - Jannicke	
	4-nov.	P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrening		
44	5-nov.	Frostsprinten	Røyken o-lag	
	8-nov.	Teigar ung.sk., Nøtterøy	Treningsløp diverse arrangører	
	9-nov.	Kongseik - spenst og styrke		Orientere kartet/tommelgrep - Anne Sofie
	11-nov.	Rørholtmarka rundt	Felles langtur/Essø: ta seg inn	
	12-nov.	MOT.TV Samling Borås	OK Skeidi	
	15-nov.	Marum, Golfbanen, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører	
45	16-nov.	Kongseik - spenst og styrke		
	18-nov.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur	
	19-nov.	OTO samling		Belgisk-o - Emma og Jannicke
	22-nov.	OTO samling		
	23-nov.	Kongseik - spenst og styrke		
	25-nov.	Eik skole	Sprinttrening (for alle) - Mathias Roar	
46	26-nov.	Jubileumsløp Nøtterøy	Natholmen, mrk fra rv303, følg Årvn, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører
	29-nov.	Natholmen, mrk fra rv303, følg Årvn, Sandefjord		
	30-nov.	Kongseik - spenst og styrke		
	2-des.	Røsskleivaløpet?		
	3-des.	MOT.TV-samling		
		Melson vgs, Stokke	Treningsløp diverse arrangører	

Uke	Dato	Oppmøte	Ansvarlig arrangør ungdom	Ansvarlig arrangør rekrutter
49	6-des.	Kongseik - spenst og styrke		
	7-des.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur/diskutere veivalg	Hinderløype - Anders
	9-des.	P-plassen Greveskogen klokken 11		
	10-des.	Intervaltrenings		
	13-des.	Østerøya, Flautangen, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører	
	14-des.	Kongseik - spenst og styrke	Sprintrunner (for alle) - Jannicke	
50	16-des.	Ringshaug ungdomsskole		
	17-des.	P-plassen Greveskogen klokken 11	Treningsløp diverse arrangører	
	20-des.	Østerøya, Skjellvika, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører	
	21-des.	Kongseik - spenst og styrke		
	23-des.	Juleavslutning med bowling og pizza	Vibeke	
	26-des.	P-plassen Greveskogen klokken 11		
51	3-jan.	Intervaltrenings		
	4-jan.	Tøffen	Larvik OK	
	6-jan.	Nyttårslopet?	OK Moss	
	7-jan.	Kongseik - spenst og styrke		
	8-jan.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur/diskutere veivalg	Orientere kartet/tommelgrep - Jannicke
	10-jan.	P-plassen Greveskogen klokken 11		
1	11-jan.	Intervaltrenings		
	13-jan.	Rakke Fort/Grevle, mrk fra fv301	Treningsløp diverse arrangører	
	14-jan.	Ishallen	Nattrenning - Jannicke. Henge ute med reflekskjerner t.o.m. vinterferien (uke 8).	
	17-jan.	Kongseik - spenst og styrke	Hvis bart.	
	18-jan.	Ringshaug ungdomsskole	Felles langtur	Kjegle-o - Ida, Sillje og Emma
	20-jan.	P-plassen Greveskogen klokken 11		
2	21-jan.	Intervaltrenings		
	22-jan.	Verningen, mrk fra Gamle Ravei	Treningsløp diverse arrangører	
	24-jan.	Kongseik - spenst og styrke		
	25-jan.	Ringshaug ungdomsskole		
				Avstander og målestokk - Lene

Uke	Dato	Oppmøte	Ansvarlig arrangør ungdom	Ansvarlig arrangør rekrutter
4	27-jan. 28-jan.	P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings Bogen Båthavn, Stokke	Treningsløp diverse arrangører	
	31-jan.	Kongseik - spenst og styrke		
5	1-feb. 3-feb. 4-feb.	Ringshaug ungdomsskole P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings Tjølling kirke, rv303	Felles langtur/Essø, karthusk uten poster	IOF-simboler - Jannicke
6	7-feb. 8-feb. 10-feb. 11-feb.	Kongseik - spenst og styrke Wang, Eik P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings Helgerød skole, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører Sprinttrenings (for alle) - Matthias	
7	14-feb. 15-feb. 17-feb. 18-feb.	Kongseik - spenst og styrke Ringshaug ungdomsskole P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings Yxney, Østerøya, Sandefjord	Felles langtur	Kompass - Anne Sofie
8	25-feb. 28-feb. 29-feb. 2-mars	Preståsen, Sandefjord Kongseik - spenst og styrke Ringshaug ungdomsskole P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings	Treningsløp diverse arrangører	VINTERFERIE
9	3-mars	Ringshaug ung.sk., Tønsberg	Treningsløp diverse arrangører - Karin og Karl	
10	6-mars 7-mars 8-mars 9-mars 10-mars	Kongseik - spenst og styrke Ringshaug ungdomsskole Nordjysk 2-dages, trenings/natt P-plassen Greveskogen klokken 11 Intervaltrenings Nordjysk 2-dages Store Bergan skole, Sandefjord	Langløypa henger ute med reflekskjerner t.o.m. uke 11 Felles langtur Danmark	Hinderløype - Henrik, Sindre og Lars Danmark Danmark Treningsløp diverse arrangører

Uke	Dato	Oppmøte	Ansvarlig arrangør ungdom	Ansvarlig arrangør rekrutter
11	13-mars	Kongseik - spenst og styrke		
	14-mars	Ringshaug ungdomsskole P-plassen Greveskogen klokken 11	Felles langtur/diskutere veivalg	Ta seg inn - Tonje
	16-mars	Intervaltrenings		
	17-mars	Åbol, Lingeløvveien, Sandefjord	Treningsløp diverse arrangører	
	20-mars	Kongseik - spenst og styrke		
12	21-mars	Karlsvika	50-leken (for alle) - Jannicke	
	23-mars	Vestfold 2-dagers	Sandefjord/Larvik	
	24-mars	Vestfold 2-dagers	Sandefjord/Larvik	
13		PÅSKEFERIE		