

# Rekrutt-treninger etter høstferien til jul 2016

## Mandager kl. 1800 - 1900

Dato	Hvor	Hva	Merknad
17-okt		O-aktivitet	
24-okt		Hinderløype	
31-okt	Alle treninger foregår inne på Ganddal skole	Kortstafett - o-aktivitet - hurtighet	
07-nov		Løype - Speedorientering	
14-nov		Koordinasjon	
21-nov		Løyper - Speedorientering	
28-nov		Karteiknstafett	
01-des	Klubbhuset	Ingen trening - bare moro	Julegrøten
05-des		To og to - Gøym og finn	
12-des		Speedorientering	
19-des		Hinderløype	