



Kylskåpslapp

Emmaboda Verda OK

2013

Nu börjar det bli ljusare om kvällarna och vi kan snart ta av pannlamporna. Förhoppningsvis blir det snart varmare så att snön försvinner. Då blir träningen roligare.

Ol-träning tisdagar 17.30

Löpträning torsdagar, simhallen 18.00

Vidareutbildning i HLR i Skäveryd 20 mars

Tävlingar nästan varje helg från den 1 mars

Skolorientering i Emmaboda, Lindås och Johansfors

Idrottsskola i Emmaboda onsdagar 27 mars - 8 maj

U5-dagars tisdagar i 7 maj - 4 juni

Naturpasset från 1 maj

Veckans bana maj - juni

Tjoget 6-7 juli i Tjugosjö

Oringen i Boden 21-27 juli

Närtävling i nattorientering 10 september

Alla aktiviteter läggs in i kalendern på hemsidan:

www.evok.se



..fortsättning klubbträning

Tisdagar 17.30 i Skäveryd.

19 mars Framförhållning i Skäveryd. Ansv. Ola tel 10218

26 mars Gök-OI i Skäveryd. Ansv. Lovisa tel 40150

2 april Koridor-OI i Grimsgöl. Ansv. Carl tel 40150

9 april Sista säkra i Alsjömåla. Ansv. Kent tel 12721

16 april Kurv-OI i Grimmansmåla. Ansv. Ronny tel 10611

23 april Banor i Lindås. Ansv. Peter H. tel 10902

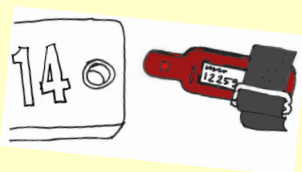
7 maj U5-dag etapp 1 i Alstermo.

14 maj U5-dag etapp 2 i Kalmar.

21 maj U5-dag etapp 3 i Torsås.

28 maj U5-dag etapp 4 i Långasjö.

4 juni U5-dag etapp 5 i Ålem.



Har du syskon eller föräldrar som vill lära sig orientera? Till hösten startar en **familjekurs i orientering**.

Självklart är den som är intresserad välkommen innan dess. Vill du veta mera, kolla på hemsidan **www.evok.se**.

I vår finns många trevliga tävlingar på nära håll:

23-24 mars - OK Orion, 30 mars - OK Skogsfalken, 31 mars-1 april - OK Dacke, 7 april Nybro OK, 13 april, Växjö OK, 20-21 april - Eksjö SOK, 27 april - Kalmar OK, 28 april - Torsås OK, 1 maj - OK Älme. Alla är inlagda i aktivitetskalendern på hemsidan.