

Hej ÖOK:are!

Först och främst: ett rungande fyrfaldigt leve för alla våra duktiga löpare i Örnsköldsvik, vilken vecka för ÖOK! O-ringen 2018 i siffror:

3 antal etappsegrar under veckan - Grattis Filippa (x2) och Linda!

4 tårtillfällen blev det tack vare etappsegrar och klubbkvällen

7 ÖOK:are avslutade sina respektive klasser på en topp-10 totalplacering. Inte illa!

415 etappstarter stod ÖOK för tillsammans under O-ringen.

14 541 minuter spenderade vi ute på tävlingsbanorna.

Stort tack till alla som var med och såg till att detta blev en härlig upplevelse!

Nu till ett urval av höstens roligheter:

Norrlandsmästerskapen i Ockelbo 10-12 augusti

Sprint, medeldistans och långdistans i Ockelbo! För alla under HD35 är det stafett på lördagen, kanske får vi ihop lag? Tom och Karin har bokat några extra sängplatser på Ockelbo Camping – den som är intresserad kan höra av sig direkt till Tom: tom.brantheim@gmail.com

Tour de Trondheim 7-9 september

Vi håller på att planera för fullt inför höstens klubbhelg! 3 dagars orientering, med sprint inne i Trondheim på fredagen + medel och lång lör/sön. Vi planerar att bo två nätter på Øysands camping, och klubben subventionerar denna resa! Mer information + anmälan dig på Eventor Klubbaktivitet (senast 25e augusti) här: <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/8718> eller skicka ett mail till sunnerheimhanna@gmail.com

25-manna 5-7 oktober

Snart är det dags för höstens stora resa med Jämtland United, nämligen 25-manna! 25-manna avgörs i år i Järfälla och Niclas har fixat buss och boende för en härlig resa. Avresa fredag 5 oktober vid 10-tiden från Östersund, 25-mannakaveln på lördag och medeldistans på söndag. Boende på bra B&B i Märsta. Intresset för att springa i Jämtland Uniteds lag är stort! Vill du också vara med?

Anmäl ditt intresse så snart som möjligt på Eventor klubbaktivitet

här: <https://eventor.orientering.se/Activities/Show/8717> eller skicka ett mail till Niclas Lidström (Frösö IF) på lid@live.se

Vi ses!

Hälsningar

Östersunds OK genom Hanna Sunnerheim