



# Raumar-info 1-2002

8. april

## Innhold:

- *Nytt styre 2002*
- *Retningslinjer for drift av Raumar O-lag*
- *Medlemslister*
- *O-karusellen*
- *Sommerkarusellen*
- *O-teknisk trening*
- *Klubbmesterskap*
- *Raumar-ranking*
- *Hjemmesiden og aktivitetsplan*

## Styret 2002:

Leder	Tron Erik Hovind Tlf 63 97 29 67	Hovin, 2050 Jessheim <a href="mailto:tron.erik.hovind@c2i.net">tron.erik.hovind@c2i.net</a>
Påmelder	Per Aas Tlf 63 96 00 07	Opsahl, 2080 Eidsvoll <a href="mailto:h-aas@online.no">h-aas@online.no</a>
Treningskomiteen	Olav Engen Tlf 63 90 46 73	Amundrudveien 23, 2070 Råholt <a href="mailto:olav.engen@nor.xerox.com">olav.engen@nor.xerox.com</a>
Kasserer	Hans Larsen Tlf 63 87 72 78	Heimtun, 2020 Skedsmokorset <a href="mailto:hans-lar@frisurf.no">hans-lar@frisurf.no</a>
Sekretær	Heidi Gabrielsen Tlf 63 98 70 73	Torgkroken 5, 2090 Hurdal <a href="mailto:heidihurdal@hotmail.com">heidihurdal@hotmail.com</a>
Medlemmer i treningskomiteen:	Lene Kinneberg Tlf 63 99 20 59	Himfjellveien 7, 2022 Gjerdrum <a href="mailto:lene.kinneberg@orientering.no">lene.kinneberg@orientering.no</a>
	Knut Engen Tlf 63 90 46 71	Bråteteiet 2170 Fenstad <a href="mailto:idaknut@c2i.net">idaknut@c2i.net</a>

# Retningslinjer for drift av ROL

## Påmeldingsrutiner.

1. Påmelder har ansvaret for påmelding til løp. Hver løper noterer seg i påmeldingsboken, sender e-post, faks eller ringer til påmelder før kl. 2100, dagen før påmeldingsfristen. Dersom en løper melder seg på et løp selv, må det gå kopi til påmelder.
2. Etteranmelding (påmelding etter fastsatt frist) besørges av den enkelte løper direkte til arrangør. Løpsavgift for etteranmelding vil bli betalt av ROL. Løpsavgift for deltagelse i direkte klasser betales av den enkelte løper.
3. Påmeldingslister sendes til arrangør med kopi til kasserer.
4. Kasserer setter opp oversikt over hvordan startkontingenten fordeler seg mellom løperne.
5. Kasserer sender oversikt til lokallagene over hvordan utgiftene fordeler seg.

## Reisegodtgjørelse m.m.

### Hovedløp.

Startkontingent dekkes av Raumar for løpere som har deltatt på minst 5 krets / nasjonale løp tidligere i sesongen. Reise dekkes etter billigste løsning når hovedløpet går utenfor Østlandsområdet. Overnatting dekkes for standard godkjent av styret.

### NM senior/junior/skiorientering.

Startkontingent dekkes av Raumar. Reise dekkes etter billigste løsning når løpet går utenfor Østlandsområdet. Overnatting dekkes for standard godkjent av styret.

### Norgescup.

Startkontingent dekkes ikke av Raumar. Overnatting og reise utenfor Østlandsområdet kan, for skoleelever / studenter / militære, dekkes etter billigste løsning.

### Hovedlandsleir, kretssamlinger m.m.

Deltagelse dekkes av Raumar. Egenandeler ved landslagssamlinger og representasjon dekkes av Raumar. Det kan for foranstående kreves egenandeler av de enkelte deltagere.

### Utfyllende kommentarer.

Østlandsområdet er å forstå som de kretsene som omfattes av Østlandsmesterskapet.

Vurderinger knyttet til størrelse på egenandeler og hvem som kan få dekkes sine kostnader ved deltagelse i Norgescup, gjøres av treningskomiteen. Vurderingene må bl.a. gjøres innenfor vedtatt budsjett.

Utgiftene fordeles prosentvis på alle lagene. Årsmøtet fastsetter en øvre grense for utgiftene. Budsjettet må ta hensyn til hvor mesterskapene arrangeres og forventet deltagere.

For dekning av reisekostnader skal det føres reiseregning.

Satser er kr. 1,00 pr. km + kr 0,25 pr. km pr. passasjer.

## Administrative rutiner

ROLs styre velges for 1 år av gangen.

Sekretær er også tillagt nestlederfunksjonen.

Styremedlemmer fordeles slik:

- 1 styremedlem er påmelder
- 1 styremedlem er kasserer
- 1 styremedlem er leder i treningsrådet

Valgkomiteen skal bestå av LOKALLAGENES ledere. Forslag til valgkomiteens leder fremmes av ROLs styre.

### Medlemskap

Som medlemmer i Raumar regnes løpere med minst ett løp som Raumar – løper de siste to sesongene. Andre som ber spesielt om det, kan også registreres som medlem

### Klubbmesterskap

Klubbmesterskap arrangeres ihht. nedenstående retningslinjer.

	Normal		Natt		Sprint	
	Damer	Herrer	Damer	Herrer	Damer	Herrer
H/D 10-12	2	2				
H/D 13-14	3	3				
H/D 15-16	3	4				
H/D 13-16			2	2		
H/D -16					2	2
H/D17-	4	6	3	5	2	3
H/D 35-49			3	4		
H/D 40-49	3	4				
H/D 45-59					2	2
H/D 50-			2	3		
H/D 50-59	2	3				
H/D 60-	2	3			2 **	2 **
Ny/trim H/D *	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	

\*) ikke KM-klasse    \*\*) prøveordning

I klasse D/H 17-, vil det i tillegg til mesterskapspremie, bli tildelt en vandrepremie. Denne blir gitt til odell og eier til den løper som vinner den for 3. gang. Vinnerens navn blir inngravert på premien for hvert år.

Premien skal vinnes 3 ganger etter følgende statutter:

- Deltagelse i normal-, natt og sprintdistanser.
- Poeng beregnes etter plasser i 3 løp. 1 poeng for seier, 2 poeng for nr. 2 osv. Premien tilfaller den som har minst poeng. Ved poenglikhet tilfaller premien den som har flest 1. plasser. Ved fortsatt likhet teller antall 2. plasser deretter antall 3. plasser. Ved fortsatt likhet teller tiden.

## Medlemslister

*OBS – Viktig melding:*

*Ny definisjon på medlemskap i Raumar*

*Faller du utenfor – men vil være med: Ta kontakt!*

Vi ønsker nå å oppdatere medlemslistene i Raumar. På årsmøtet ble det vedtatt at som medlemmer skal regnes de som har deltatt på minst en aktivitet de siste to årene. Denne informasjonen blir sendt ut etter de gamle listene. De som heretter ikke kommer inn under den nye "regelen" vil bli strøket av lista, dersom de ikke selv gir tilbakemelding om at de ønsker og stå som medlemmer i Raumar.

Send event. melding til Raumar's sekretær:

Heidi Gabrielsen  
Torgkroken 5, 2090 Hurdal  
[heidihurdal@hotmail.com](mailto:heidihurdal@hotmail.com)

## Øvre Romerike O-karusell 2002:

- Alle løpene i O-karusellen for Øvre Romerike har flexistart mellom 18:00 og 19:30
- Premiering for deltagelse i minst 4 av 6 løp
- Info og resultater på egen hjemmeside: <http://www.raumar.net/~okarusellen/>
- Kartotekfører i 2002 er Mari de Hernandez (Hurdal)

1.	To 16.mai	Nes O-lag	Ellingsjøen	Mrk. Rv 177 Fenstad
2.	To 30.mai	Hurdal O-lag	Gjøding	Mrk. Hurdal torg
3.	To 13.juni	Eidsvoll O-lag	Bygdetunet	Mrk. Rundkjøring ved Hammerås
4.	To 27.juni	Gjerdrum O-lag	Buvannet	Mrk. Ask sentrum
5.	To 22.august	Ullensaker O-lag	Hovindfjellet	Mrk. gml.E6 Likryset
6.	To 12.september	Hurdal O-lag		Mrk. Hurdal torg

- Løpet 13.juni er den tradisjonsrike "DRØMMEMILEN" 1.609 m langt
- Løyper: 2 km (N) / 3 km (C) / 4 km (A) / 6 km (A)
- Kart 20,- Plastpose 5,-

## Raumars sommerkarusell 2002:

- Alle løpene i Raumars sommerkarusell har flexistart mellom 18:00 og 19:00
- Treningstilbud i ferietiden – nytt kompass i premie til ev av sommerens deltagere
- Info og resultater på O-karusellens hjemmeside: <http://www.raumar.net/~okarusellen/>
- Koordinator i 2002 er treningskomiteen ved Olav Engen (Eidsvoll)

1.	To 04.juli	Ullensaker O-lag	Hovinfjellet	Mrk. Rv 179 Hauer seter
2.	To 11.juli	Eidsvoll O-lag	Fløyta	Mrk. Rv 181 Fløyta badeplass
3.	To 18.juli	Gjerdrum O-lag		Mrk.
4.	To 25.juli	Hurdal O-lag	Hersjøen?	Mrk.
5.	To 01.august	Nes O-lag	Ellingsjøen	Mrk. Rv 177 Fenstad
6.	To 08.august	Gjerdrum O-lag	Bjørkemarka	Mrk. Pressand badepl, Hurdalsvn.

- Løpene legges i størst mulig utstrekning i nærheten av badevann
- Løyper : 3 km (C) / 5 km (A)
- Kart 20,- Plastpose 5,-

## O-teknisk trening våren 2002:

- Supplement til kretsens og egne samlinger
- Spesielt tilrettelagt for ungdommer, men selvsagt åpent for andre
- Inngår i ordinære treningsarrangementer

1.	On 08.mai	UOL - kurveorientering	Hovinfjellet	Mrk. Rv 179 Hauer seter
2.	On 22.mai	GOL -	Henivangen	Mrk. Ask sentrum
3.	On 29.mai	UOL - kompass	Mogreina	Mrk. Fv 454 gml.E6 Mogreina
4.	On 5.juni	GOL -	Spikertjern	Mrk. Ask sentrum

- Se ellers samlet treningsoversikt i aktivitetsplanen : [http://www.raumar.net/php/2002\\_aktiviteter.php](http://www.raumar.net/php/2002_aktiviteter.php)
- Kart 20,- Plastose

## Klubbmesterskap 2002:

- Egne innbydelser følger senere – se også: <http://www.raumar.net/php/klubbmesterskap.php>
- NYHET: H60-klasse i klubbmesterskap kort (prøveordning besluttet av styret)

On 04.juni	Klassisk	Gjerdrum O-lag		(Arve Aardal)
On 27.august	Kort	Eidsvoll O-lag	Bygdetunet	(Svein E. Finstad)
On 17.september	Natt	Nes O-lag	Nes skianlegg	(Ivar Monsrud)

- Som vanlig kåres det sammenlagtvinner i D17- og H17- basert på plassiffer i klassisk, kort og natt.
- Kraftløpet er vårt "uoffisielle klubbmesterskap på langdistanse" – se nedenfor:

Lø/sø 28.-29.sept Kraftløpet Eidsvoll O-lag (2-dagers) (Tom Eidsether)

## Stafetter 2002:

- Koordinator: Olav Engen ( 63953422 eller 90172776) [olav.engen@nor.xerox.com](mailto:olav.engen@nor.xerox.com)
- 'Vi har egen stafettside på hjemmesiden: <http://www.raumar.net/php/stafetter.php>
- Stafetter som UK tar ut lag til i år:

13.april	Vårstafetten	Halden
27.april	10-mila	Sverige
11.mai	Kvist-Kvaset	Ås
25.mai	15-stafetten	Oppsal
01.juni	KM 17-20 / 120	Lillomarka
15.juni	Jukola	Finland
22.juni	O-festivalen	Fetsund
03.august	43-kavlen	Sverige
18.august	KM	Ås
08.september	NM senior	Telemark
22.september	NM junior	Asker
05.oktober	25-manna	Sverige
06. oktober?	Ringreven	Moelv
26.oktober	Smålandskavlen	Sverige

- For å lette jobben for stafett-UK må de som ønsker å løpe stafetter fylle ut interesseskjema for stafetter,.
- Oversikt, uttakskriterier og skjema er på hjemmesiden, se ovenfor.
- Ring event. Olav for å få dette tilsendt pr. post.

## Raumar-ranking 2002:

- Koordinator: Olav Engen ( 63953422 eller 90172776) [olav.engen@nor.xerox.com](mailto:olav.engen@nor.xerox.com)
- Løpslista følger nedenfor. Statuttene og poengberegning legges ut på hjemmesiden.
- 14 løp mav 100 p + 6 bonusløp max 150 p
- 5 beste + beste bonusløp teller sammenlagt (event. 6 beste uten bonusløp)

1.	14.april	Vårspretten, Halden	8.	09.juni	Nydalten, Oslo
2.	20.april	Lørdagskjappen, Moss	9.	21.juni	O-festivalen, Rælingen
3.	05.mai	Vårløpet, Kolbotn	10.	23.juni	O-festivalen, Fetsund
4.	19.mai	Elgdilten, Hamar	11.	17.august	KM, Ås
5.	20.mai	Løvspretten, Løten	12.	25.august	Romeriksløpet, Gjerdrum
6.	26.mai	K.Valstad, Oppsal	13.	31.august	Kort-KM, Asker
7.	02.juni	Gromløpet, Lillomarka	14.	19.oktober	Blodslitet, Fredrikstad

- Bonusløpene er: Interkretskamp 13-16, HL for yngre, Veteran-NM, NM junior og senior
- Vandrepokaler til beste herre uansett alder, beste dame uansett alder
- kanskje også til beste ungdom 10-16 år, beste veteran 60 år+ (ikke avklart)

## Hjemmesiden og Aktivitetsplan 2002:

- Aktivitetsplanen (se utdrag nedenfor) oppdateres fortløpende på Raumars hjemmeside <http://www.raumar.net> og nyheter legges ut nesten daglig.
- Vi registrerer at nesten alle aktive løpere nå er på våre mail-lister og besøker hjemmesidene.

NB:

Hvis du ikke har tilgang til mail og/eller internett :

Finn noen i klubben (eller hvemsomhelst) som kan printe ut de mest aktuelle tingene til deg

Ta event. kontakt med Raumars sekretær hvis du insisterer på å få informasjon pr. post til egen adresse.

Dag	Dato	Kl	Type	For hvem	Aktuell aktivitet	Raumar ranking	Arrangør	Hvor	Merknader
fr	5-apr-02	21:15	O-løp	Alle	Nattsvermeren natt o-løp		Fredrikstad SK	Skihytta Fredrikstad Skidl.	Dusj og badstu
fr-sø	5-7-apr-02		Samling	Junior	Vårsamling junior - inkl. 2 o-løp (natt+dag)		AOOK / Østmarka OK	Skihytta Fredrikstad Skidl.	Egen innb.
fr-sø	5-7-apr-02		Samling	13-16	Vårsamling 13-16		AOOK/ As-NLH	Venashytta, Halden	Egen innb. (ledere: Liv T + H.Aas)
lø	6-apr-02	12:00	O-løp	Alle	Blåveissprinten Kråkerøy		Fredrikstad SK	Rødsmyra skole,	
lø-sø	6-7-apr-02		O-løpx2	Alle	Vestfold 2-dagers		Sandefjord OK		
sø	7-apr-02	11:00	O-løp	Alle	Flaggtreff o-løp		OL Flaggtreff	Trømborg skole, rv.22	2 km til start
ti	9-apr-02	20:00	Trening	Ungdom/senior	Ås trening natt o-løp		Ås-NLH O-gruppa	Mossemarka, rv 120	Kart: Noradegården
ti	9-apr-02	18:00	O-løp	Alle	Oslo City Cup		BSK	Ekebergsløtta	1 av 5 sprintløp
ti	9+11-apr-02		Trening	Ungdom/senior	Natt-trening m/EKT-poster (for BSK 10.apr)		Kolbotn & Skimt OL	Holstadmarka	Etter avtale m/Dag Amundsen
on	10-apr-02	18:00	Trening	Rekrutter	Løp ute, karthusk/hinderløype inne		Gjerdrum OL	Veståsen skole	Møt ferdigskiftet, ta med innesko
lø	13-apr-02	11:00	O-stafett	Alle	Vårstafetten (H åpen 13:00)		Halden SK	Aspedammen	Overnatting Risum skole
lø	13-apr-02	11:00	O-løp	Alle	Kretsløp (alternativ til Vårstafetten)		Halden SK		Flexistart
sø	14-apr-02	10:00	O-løp	Alle	Vårspretten (NC jun+sen)	1	Halden SK	Risum skole	Overnatting Risum skole
ti	16-apr-02	18:00	O-løp	Alle	Oslo City Cup		Oppsal IF	Nøkklevann sk/Haraløkka	2 av 5 sprintløp
on	17-apr-02	18:00	Trening	Rekrutter	Løp ute, "o-fortelling" inne		Gjerdrum OL	Veståsen skole	Møt ferdigskiftet, ta med innesko
on	17-apr-02		O-løp	Alle	Tyrinatta natt o-løp		Ringerike OL		
fr-sø	19-21-apr-02		Samling	Ungdom&Senior	Vårsamling m/natt-trening(10-mila) og o-tekn.		TU - Olav/Knut	Fredrikstadmarka	FSK's skihytte
lø	20-apr-02	12:00	O-løp	Alle	Lørdagskjappen	2	Moss OK	Mrk E6 Mosseporten	Uttak 1 av 3 interkrets 13-16
lø	21-apr-02	11:00	O-løp	Alle	Solrenningen		Sarpsborg OL	Mrk rv 111 ved Ise	
ti	23-apr-02	18:00	O-løp	Alle	Oslo City Cup		Heming/Njård	Njårdhallen	3 av 5 sprintløp
on	24-apr-02	18:00	Trening	Rekrutter	Kartøvelse inne, o-løp+EKT sprint ute		Gjerdrum OL	Veståsen skole	Møt ferdigskiftet
to	25-apr-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, UOL klubbkarusell		UOL Tron Erik&Kari	Hovinjellet, rv179 H.seter	
lø	27-apr-02		O-løp	Alle	Drømmemila park o-sprint		Brandval/Kongsv. OK	Kongsvinger	
lø-sø	27-28-apr-02		O-stafett	13-16/Jun/Sen	10-mila (S) 4 lag: H+D+U+U			Surahammar Sverige	Se egen info
sø	28-apr-02		O-løp	Alle	Odalsløpet		Odal OL		
ti	30-apr-02	18:00	O-løp	Alle	Oslo City Cup		IL Tyrving	Tanum skole	4 av 5 sprintløp
to	2-mai-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, UOL klubbkarusell		UOL Silje&Anne	Idrettsparken Jessheim	
sø	4-mai-02	12:45	Terr.løp	Alle	Råskinneløp 8 km ekstrem-terrengløp		Ready	NIH Sogsvann	
lø	4-mai-02	11:00	O-løp	Alle	Oslo O-weekend Vårløpet		Bækkelaget spkl	Hvervenbukta	
lø-sø	4-5-mai-02		Samling	Rekrutter	Rekruttsamling Ski (Påm.frist 26.4. se innb.)		Raumar OL / Lene K.	Skeidarkollen, Ski	Trening lø, o-løp Kolbotn sø
sø	5-mai-02	11:00	O-løp	Alle	Oslo O-weekend (13-16 kretsrank 1 av 6)	3	Kolbotn IL	Bukkesti	Uttak 2 av 3 interkrets 13-16
sø	5-mai-02		O-løp	Alle	Langtrampen lang o-løp		OL Vallset/Stange	Nydalen SK	
ti	7-mai-02		O-løp	Alle	Oslo City Cup		Nydalen SK	Låkeberget	5 av 5 sprintløp finale
on	8-mai-02	18:00	Trening	Alle / Ungdom	O-teknisk trening, kurveorientering		UOL Asle	Hovinjellet, mrk rv 179	Viktig for Raumars 13-16 gruppe
on	8-mai-02	18:00	Trening	Rekrutter	Linje-o i skogen		Gjerdrum OL	Veståsen skole	Møt ferdigskiftet
to	9-mai-02		O-løp	Alle	Eikerløpet		Eiker OL		
to-fr	9-10-mai-02		Samling	Junior	Testløpsforberedende samling junior		AOOK / K&Skimt	Hamar/Løten	Egen innbydelse
lø	11-mai-02	14:00	O-stafett	Alle	Kvist-Kvaset		Ås IL	Mrk rv 152 Ås Ø (Kroer)	
sø	12-mai-02		O-løp	11-16	AOOK's ungdomsløp 1 løp av 2		IL Tyrving	Henie-Onstad kunstsenter	N, C og B-nivå
sø	12-mai-02		O-løp	Alle	Vårnørløpet		OL Toten-troll		
sø	12-mai-02		Vegstaf	Alle	Holmenkollstafetten				
on	15-mai-02	18:00	Trening	Rekrutter	Stjerne-o i skogen		Gjerdrum OL	Veståsen skole	Møt ferdigskiftet
to	16-mai-02		O-løp	Alle	O-karusellen ØR		Nes OL	Ellingsjøen	1 av 6
lø	18-mai-02		O-løp	Alle	Elgsprinten		Hamar OK	Hedmark	
sø	19-mai-02		O-løp	Alle	Elgdilten (NC jun)	4	Hamar OK	Hedmark	Felles overnatting?
ma	20-mai-02		O-løp	Alle	Løvspretten (NC jun)	5	Løten OL	Hedmark	
lø-ma	18-20-mai-02		O-løp	Alle	Kongsberg 3-dagers (NC/testløp sen)		Kongsberg OL	Kongsberg	
on	22-mai-02	18:00	Trening	Rekrutter / Alle	Vårkarusell, løp 1 + O-teknisk trening		Gjerdrum OL	Vei mot Henivangen	Viktig for Raumars 13-16 gruppe
to	23-mai-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, UOL klubbkarusell		UOL Trond&Trond	Mrk fv454 Mogreina	
to	23-mai-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, EOL klubbkarusell		EOL Terje A.	Bergermoen, mrk Sundby/Eidsv.verk	
lø	25-mai-02	11:00	O-stafett	Alle	15-stafetten (2 el 3 lag)		Oppsal IF	Skullerudstua, mrk E6 Abildsø	
sø	26-mai-02	11:00	O-løp	Alle	Knut Valstads Minnel. (13-16 kretsrank 2 av 6)	6	Oppsal IF	Skullerudstua	Uttak 3 av 3 interkrets 13-16
on	29-mai-02	18:00	Trening	Alle / Ungdom	O-teknisk trening, kompass		UOL Trine	Mrk fv454 Mogreina	Viktig for Raumars 13-16 gruppe
on	29-mai-02	18:00	Trening	Rekrutter / Alle	Vårkarusell, løp 2		Gjerdrum OL	Gruebakkeveien	
to	30-mai-02		O-løp	Alle	O-karusellen ØR		Hurdal OL	Gjøding	2 av 6
fr	31-mai-02		O-løp	Alle	Trangentreffen "Parkløp"		Kjellmyra IL	Flisa	PWT-97 terreng og kart
lø	1-jun-02		O-løp	Alle	Glåmdalsløpet		Grue IL	Lintjern	Farsterr - åpen furuskog
lø	1-jun-02	12:00	O-stafett	Junior	Gromstafetten KM junior AOOK/BUOK		Lillomarka OL	Langsethløkka, mrk Ring 3	Myggstafett 11:45
sø	2-jun-02	11:00	O-løp	Alle	Gromløpet (13-16 kretsrank 3 av 6)	7	Lillomarka OL	Langsethløkka, mrk Ring 3	Storo
sø	2-jun-02		O-løp	Alle	Finndulten		Lunderseter IL	Grue	
sø	2-jun-02		O-stafett	Alle	Skumsjøstafetten		Raufoss IL		
ti	4-jun-02		O-løp	Alle	Raumars klubbmesterskap klassisk		Gjerdrum O-lag		Løpsleder Arve Aardal
on	5-jun-02	18:00	Trening	Rekrutter / Alle	Vårkarusell, løp 3 + O-teknisk trening		Gjerdrum OL	Spikertjern	Viktig for Raumars 13-16 gruppe
to	6-jun-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, UOL klubbkarusell		UOL Roger/Per Arne	Moreppen (Trandumkart)	
to	6-jun-02	18:00	Trening	Alle	Treningsløp, EOL klubbkarusell		EOL Odd G.	Gullverket rv.181	
lø	8-jun-02	14:00	O-løp	Alle	Oslo-helg "Hemingplukken"		Heming/Njård	Sogsvann syd	
lø	8-jun-02	14:00	O-løp	13-16	Interkretskamp 13-16 (kun ett lag AOOK)	Bonusløp	Heming/Njård + Nydalen	Maridalen skole	7 delt pr alder pr kjønn
sø	9-jun-02	10:00	O-stafett	13-16	Interkretskamp 13-16 stafett		Heming/Njård + Nydalen	Maridalen skole	
sø	9-jun-02	12:00	O-løp	Alle	Oslo-helg "Nydalten"	8	Nydalen SK	Maridalen skole	
lø-sø	8-9-jun-02		O-løp	Junior	DM Vestlandet (NC jun)		Sognndal IL		
sø	9-jun-02		O-løp	Alle	Hadelandsløpet		Hadeland OL		
on	12-jun-02	18:00	Trening	Rekrutter / Alle	Vårkarusell, løp 4 (O-triathlon)		Gjerdrum OL	Lysdammen	Grilling og premieutdeling