

Træningsløbsplan 2025

Herning Orienteringsklub

Dag	Dato	Skov	Banelægger	Øvrige	Øvrige	Øvrige	Hvem/hvad/hvor
Ons	01.01	Donsø-Gedhus-Adalen					Midtjysk Super-Vinterlang 2
Lør	04.01	Det store Vandskel					OK SNAB
Lør	11.01	Skelhøj	Sv.E. Hedevang	Elin Jørgensen	Juliana Miskovic	Jonna Jørgensen	Nytårssuppe
Søn	12.01	Finderup					Nordkr. Vinterlang 2
Søn	19.01	Kongenshus Mindepark					Midtjysk Super-Vinterlang 3
Søn	26.01	Isenbjerg					Nordkr. Vinterlang 3
Søn	02.02	Ulfborg	Varny Vestergaard				Vestjysk OK
Søn	02.02	Helgenæs (Sletterhage)					Nordkr. Vinterlang 4
Søn	09.02	Fejsø					Midtjysk Super-Vinterlang 4
Søn	16.02	Gedhus/Myremalm					Midtjysk Super-Vinterlang 5
Fre	21.02	Hørbylunde	Leif Olsen	Helle Petersen	Morten Christensen	Henrik Fjorback	Natløb
Lør	22.02	Hørbylunde	Leif Olsen	Helle Petersen	Morten Christensen	Henrik Fjorback	
Søn	23.02	Silkeborg Østerskov					Nordkr. Vinterlang 5
Fre	28.02	Torsted	Kenn Kristensen	Susanne Kristensen	Jan Baandrup		Natløb
Lør	01.03	Torsted	Kenn Kristensen	Susanne Kristensen	Jan Baandrup		Fællesløb
Søn	09.03	Hjelm Hede					Nordkr. Vinterlang 6
Lør	15.03	Vester Thorup					Nordjysk 2-dages lang
Søn	16.03	Vester Thorup					Nordjysk 2-dages mellem
Lør	22.03	Birkebæk	Leif Olsen	Ole Jacobsen	Jonna Jørgensen	Bodil Schulz	
Lør	22.03	Fovslet					DM nat
Lør	29.03	Hoverdal Midt	Lars Mikkelsen	J.P. Jørgensen	Poul E. Bertelsen		Fællesløb
Søn	06.04	Stenderupskovene					DM Ultralang
Tirs	08.04	Nørlund Nord	Kim Gottlieb	Helle Petersen	Leif Olsen	Frede Rasmussen	
Søn	13.04	Palsgård					Divisionsmatch 2. division
Tirs	15.04	Husby Midt/Vest					Vestjysk OK
Tors	17.04	Vingsted					Påskeløb 1. etape
Fre	18.04	Frederikshåb					Påskeløb 2. etape
Lør	19.04	Frederikshåb					Påskeløb 3. etape
Tirs	22.04	Haunstrup	Jens J. Jensen	Anni Jensen	Leif Olsen		Fællesløb
Tirs	29.04	Løvbakkerne	Flemming Sasser	Frede Rasmussen	Jens Ole Krogh		Fællesløb + IFK
Tirs	06.05	Videbæk Vest	Henrik Juhl	Mads Juhl	Heine Glüsing		
Tirs	13.05	Stråso Vest/Sdr. Vosb.	Mick Steenkjær				Vestjysk OK
Lør	17.05	Billund					DM sprint
Søn	18.05	Billund					DM sprintstafet
Tirs	20.05	Skovlund	Brian Grøngaard				Vestjysk OK
Søn	25.05	Hald Ege, Stanghede m.fl.					Wild West
Tirs	27.05	Nr. Vosborg	Jacob Vemmelund				Vestjysk OK
Tirs	03.06	Knudmosen	J.P. Jørgensen	Søren Søgaard	Michael Mogensen		Grillaften
Tors	12.06	Nordskoven Øst					Silkeborg OK
Lør	14.06	Husby					OK Gorm træn. week.
Tirs	17.06	Sørvad	Anders Gammelvind	Karl Gammelvind	Jens Gammelvind		

Træningsløbsplan 2025

Herning Orienteringsklub

Dag	Dato	Skov	Banelægger	Øvrige	Øvrige	Øvrige	Hvem/hvad/hvor	
Fre	20.06	Borbjerg/Sevel/Feldborg					Midsommermilen	
Tirs	24.06	Skelhøj	Kim Gottlieb	Vibeke Gottlieb	Erik Brixen	Tove Jessen	IFK	
Tors	03.07	Vesterskoven Øst					Sommerferieløb i Silkeborg	
Fre	04.07	Haderslev Centrum					Vikingedyst prolog	
Lør	05.07	Pamhule					Vikingedyst 1. etape	
Søn	06.07	Tønning					Vikingedyst 2. etape	
Tors	10.07	Østerskoven					Sommerferieløb i Silkeborg	
Tors	17.07	Hårup Sande					Sommerferieløb i Silkeborg	
Tors	24.07	Nordskoven Vest					Sommerferieløb i Silkeborg	
Tirs	29.07	Hørbylunde	Lars Klode	Sv.E. Hedevang	Brian Nielsen		Silkeborg deltager	
Tirs	05.08	Hoverdal Vest	Jens J. Jensen	Anni Jensen	Søren Søgaard	Michael Mogensen	Fællesløb	
Tirs	12.08	Nordre Feldborg	Mogens Vennevold	Ann-Vibeke Mose	Varny Vestergaard		Vestjysk OK	
Lør	16.08	Frøslev					JFM stafet	
Søn	17.08	Frøslev					JFM lang	
Tirs	19.08	Bødskov Krat	Torben Isen	Gitte Isen	Elin Jørgensen	Juliana Miskovic		
Lør	23.08	Rebild Bakker					DM mellem	
Tirs	26.08	Momhøje	Kim Schmidt	Ken Kousgaard	William Kousgaard			
Tirs	02.09	Jeanette/Thyra	Kaj Kaspersen	Lucia Aagaard				
Søn	07.09	Fløjstrup					Divisionsmatch 2. division	
Lør	13.09	Nørlund Sydvest	Kenn Kristensen	Poul E. Bertelsen	Uffe Weiglin	Mads Andreassen	Silkeborg deltager	
Lør	13.09	Tisvilde Hegn					DM stafet	
Søn	14.09	Tisvilde Hegn					DM lang	
Lør	20.09	Torsted	Søren Andersen	Henrik Juhl	Bodil Schulz		Fællesløb	
Lør	27.09	Haustrup	Jørgen Pedersen	Lene Nygaard	Jesper Knudsen	Nicki Eriksen	Fællesløb	
Søn	05.10	Silkeborg Vesterskov					Divisionsmatch op/ned	
Søn	12.10	Husby midt/øst	Poul Schøler				Vestjysk OK	
Lør	18.10	Hoverdal Øst	Flemming Sasser	Kim Gottlieb	Morten Christensen		Fællesløb	
Ons	20.10	Ulvedal Syd	Karup Orienteringsklub				Klubmester nat	
Fre	24.10	Norgestur	iNORDvation-team DK 2025 / Lars-Ole Kopp og Rikke Agerskov					Klubtur
Lør	25.10	Norgestur	Find indbydelsen på					Klubtur
Søn	26.10	Norgestur	www.etiming.dk					Klubtur
Søn	02.11	Ulfborg	Mogens Vennevold				Vestjysk OK	
Lør	15.11	Palsgård	Lars Mikkelsen	Ken Kousgaard	William Kousgaard			
Søn	16.11	Stråsø Øst	Erling Trankjær				HOK	
Lør	22.11	Nørlund Nord	Torben Isen	Gitte Isen	Leif B. Nielsen		Fællesløb + Silkeborg	
Søn	30.11	Østre Plantage					Vestjysk OK	
Lør	06.12	Løvbakkerne	Jørgen Pedersen	Lene Nygaard	Knud E. Klode		Æbleskiveløb	
Lør	13.12	Harrild Hede Syd	Lucia Aagaard	Kaj Kaspersen	Tove Jessen	Jesper Knudsen		