

Januari

1	Sön	
2	Mån	
3	Tis	
4	Ons	
5	Tor	
6	Fre	
7	Lör	
8	Sön	
9	Mån	
10	Tis	
11	Ons	
12	Tor	
13	Fre	
14	Lör	
15	Sön	
16	Mån	
17	Tis	
18	Ons	
19	Tor	
20	Fre	
21	Lör	
22	Sön	
23	Mån	
24	Tis	
25	Ons	
26	Tor	
27	Fre	
28	Lör	
29	Sön	
30	Mån	
31	Tis	

Februari

1	Ons	
2	Tor	
3	Fre	
4	Lör	
5	Sön	
6	Mån	
7	Tis	
8	Ons	
9	Tor	
10	Fre	
11	Lör	
12	Sön	
13	Mån	
14	Tis	
15	Ons	
16	Tor	
17	Fre	
18	Lör	
19	Sön	
20	Mån	
21	Tis	
22	Ons	
23	Tor	
24	Fre	
25	Lör	
26	Sön	
27	Mån	
28	Tis	

Mars

1	Ons	
2	Tor	
3	Fre	
4	Lör	
5	Sön	
6	Mån	
7	Tis	
8	Ons	
9	Tor	
10	Fre	
11	Lör	
12	Sön	
13	Mån	
14	Tis	
15	Ons	
16	Tor	
17	Fre	
18	Lör	
19	Sön	
20	Mån	
21	Tis	
22	Ons	
23	Tor	
24	Fre	
25	Lör	
26	Sön	
27	Mån	
28	Tis	
29	Ons	
30	Tor	
31	Fre	

April

1	Lör	Högåsskolan, för alla <i>Apriilskämtet, Tullinge SK</i>
2	Sön	<i>Aprilflämtet, Tullinge SK</i>
3	Mån	
4	Tis	Vårupptakt, för all
5	Ons	
6	Tor	
7	Fre	<i>Grymnatta, Väsby OK</i>
8	Lör	<i>Länamedeln, M, Länna IF Swedish League #1, L, OK Orion</i>
9	Sön	<i>Rånässtafetten, Rånäs OK Swedish League #2, M, OK Orion</i>
10	Mån	
11	Tis	OL-träning
12	Ons	
13	Tor	Påskäggsorientering, Knivsta
14	Fre	
15	Lör	
16	Sön	
17	Mån	<i>Enenracet, M, OK Enen</i>
18	Tis	OL-träning, Gul och över
19	Ons	
20	Tor	Parstafett, 10MILA-träff, Gul och över
21	Fre	<i>Uppsala Möte, natt, Rasbo IK/Upsala IF Natt-SM/Swedish League #3, OK Tisaren</i>
22	Lör	<i>Uppsala Möte, M, OK Linné</i>
23	Sön	<i>Uppsala Möte, L, IF Thor</i>
24	Mån	
25	Tis	OL-träning, Gul
26	Ons	
27	Tor	
28	Fre	
29	Lör	<i>10MILA, Partille</i>
30	Sön	<i>10MILA, Partille</i>

Maj

1	Mån	
2	Tis	OL-träning, Gul
3	Ons	
4	Tor	
5	Fre	
6	Lör	<i>Roslagshelg, L, OK Roslagen SM, UL, Hagaby Golf</i>
7	Sön	<i>Roslagshelg, M, OK Roslagen</i>
8	Mån	
9	Tis	OL-träning, Gul
10	Ons	
11	Tor	
12	Fre	<i>Swedish League #5 / Bollnästräffen, S, Sejersta OK/Rehns OK</i>
13	Lör	<i>Swedish League #6 / Bollnästräffen, M, Sejersta OK/Rehns OK</i>
14	Sön	<i>Swedish League #7 / Bollnästräffen, L, Sejersta OK/Rehns OK</i>
15	Mån	
16	Tis	<i>U-Ringen, etapp 1</i>
17	Ons	<i>Stockholm City Cup #1, Sundybergs IF/OK Södertörn</i>
18	Tor	
19	Fre	<i>DM, S, OK Linné</i>
20	Lör	<i>Malmiafejden, M, OK Malmia</i>
21	Sön	<i>IFK Hedemora OK, M</i>
22	Mån	Styrelsemöte
23	Tis	<i>U-Ringen, etapp 2</i>
24	Ons	
25	Tor	<i>Faxeträffen, L, Söderhamns OK IFK Mora OK, L</i>
26	Fre	<i>Faxeträffen, M, Söderhamns OK</i>
27	Lör	<i>Forsarännet, L, Forsa OK IFK Mora OK, S</i>
28	Sön	<i>Forsarännet, M, Forsa OK IFK Mora OK, M</i>
29	Mån	
30	Tis	<i>U-Ringen, etapp 3</i>
31	Ons	<i>Stockholm City Cup #2, Sundybergs IF/OK Södertörn</i>

Juni

1	Tor	
2	Fre	<i>SM, S/S-stafett, kval, Almby IK</i>
3	Lör	<i>Ösaträffen, L, Alfta-ÖSA OK SM, S, final, Almby IK</i>
4	Sön	<i>Ösaträffen, L, Alfta-ÖSA OK SM, S-stafett, final, Almby IK</i>
5	Mån	<i>Ösaträffen, M, Alfta-ÖSA OK</i>
6	Tis	<i>Ösaträffen, M, Alfta-ÖSA OK</i>
7	Ons	<i>Stockholm City Cup #3, Sundybergs IF/OK Södertörn</i>
8	Tor	
9	Fre	
10	Lör	<i>Slottssprinten, S, Sigtuna OK</i>
11	Sön	
12	Mån	
13	Tis	
14	Ons	
15	Tor	
16	Fre	
17	Lör	
18	Sön	
19	Mån	
20	Tis	
21	Ons	
22	Tor	
23	Fre	
24	Lör	
25	Sön	
26	Mån	
27	Tis	
28	Ons	
29	Tor	
30	Fre	

Juli

1	Lör	
2	Sön	
3	Mån	
4	Tis	
5	Ons	<i>DM, Pre-O dag, Länna IF</i>
6	Tor	
7	Fre	
8	Lör	
9	Sön	
10	Mån	
11	Tis	
12	Ons	
13	Tor	
14	Fre	
15	Lör	
16	Sön	
17	Mån	
18	Tis	
19	Ons	
20	Tor	
21	Fre	
22	Lör	
23	Sön	<i>O-Ringen, Värmland</i>
24	Mån	<i>O-Ringen, Värmland</i>
25	Tis	
26	Ons	<i>O-Ringen, Värmland</i>
27	Tor	<i>O-Ringen, Värmland</i>
28	Fre	<i>O-Ringen, Värmland</i>
29	Lör	
30	Sön	
31	Mån	

Augusti

1	Tis	
2	Ons	
3	Tor	
4	Fre	
5	Lör	
6	Sön	
7	Mån	
8	Tis	
9	Ons	<i>Distriktsmatchen, S, L-100 IF</i>
10	Tor	<i>Distriktsmatchen, S, L-100 IF</i>
11	Fre	
12	Lör	<i>Tuna Ting, M, Stora Tuna OK</i>
13	Sön	<i>Tuna Ting, M, Stora Tuna OK</i>
14	Mån	
15	Tis	Höstupptakt / <i>Våffelskubbet</i>
16	Ons	<i>Storviks natt, Storviks IF</i>
17	Tor	
18	Fre	
19	Lör	L-100-dubbeln, M, L-100 IF
20	Sön	L-100-dubbeln, L, L-100 IF
21	Mån	
22	Tis	OL-träning
23	Ons	
24	Tor	
25	Fre	
26	Lör	<i>Sundbybergs IK, M</i> <i>Avestapropagandan, M, Avesta OK</i>
27	Sön	<i>Linnéklassikern, L, OK Linné</i>
28	Mån	
29	Tis	OL-träning
30	Ons	
31	Tor	

September

1	Fre	<i>DM, N, Vallentuna-Össeby OK</i>
2	Lör	
3	Sön	<i>DM, L, Järfälla OK</i>
4	Mån	
5	Tis	OL-träning
6	Ons	
7	Tor	
8	Fre	
9	Lör	<i>DM, M, OK Roslagen</i>
10	Sön	<i>DM, stafett, Sigtuna OK</i>
11	Mån	Styrelsemöte
12	Tis	OL-träning
13	Ons	
14	Tor	
15	Fre	
16	Lör	<i>Attunda OK, L</i>
17	Sön	<i>Attunda OK, M</i>
18	Mån	
19	Tis	OL-träning
20	Ons	
21	Tor	
22	Fre	<i>SM, M, kval, OK Tisaren</i> <i>Veteran-SM, S, Motala AIF OL/Tjällmo-Godegårds OK</i>
23	Lör	<i>SM, M, final, OK Tisaren</i> <i>Veteran-SM, M, Motala AIF OL/Tjällmo-Godegårds OK</i> <i>Österåkerskavlen, OK Österåker</i> <i>DM, Pre-O natt, OK Rodhen</i>
24	Sön	<i>Valbo AIF, M</i> <i>SM, stafett, Hagaby Golf</i> <i>Veteran-SM, L, Motala AIF OL/Tjällmo-Godegårds OK</i>
25	Mån	
26	Tis	Höstavslutning
27	Ons	
28	Tor	
29	Fre	
30	Lör	<i>Gustavsbergs OK, M</i>

Oktober

1	Sön	Upplandscupfinalen, M, Rasbo IK
2	Mån	
3	Tis	Löpträning
4	Ons	
5	Tor	
6	Fre	
7	Lör	25-manna, IFK Tumba/Tullinge SK
8	Sön	25-manna-medeln, M, IFK Tumba/Tullinge SK
9	Mån	
10	Tis	Löpträning
11	Ons	
12	Tor	
13	Fre	
14	Lör	Daladubbeln, ungd, stafett, Karlsbyheden/Korsnäs
15	Sön	Daladubbeln, ungd, L patrull, Karlsbyheden/Korsnäs
16	Mån	
17	Tis	Löpträning
18	Ons	
19	Tor	
20	Fre	
21	Lör	
22	Sön	Oktoberacet, M, OK Enen
23	Mån	
24	Tis	Löpträning
25	Ons	
26	Tor	
27	Fre	
28	Lör	
29	Sön	
30	Mån	
31	Tis	Löpträning

November

1	Ons	
2	Tor	
3	Fre	
4	Lör	Rodhenloppet, L patrull, OK Rodhen
5	Sön	
6	Mån	
7	Tis	Löpträning, Medlemsmöte ev.
8	Ons	
9	Tor	
10	Fre	
11	Lör	Novembertävlingarna, M, Skarpnäcks OL Årsfest
12	Sön	Novembertävlingarna, L, Skarpnäcks OL
13	Mån	Styrelsemöte
14	Tis	Löpträning
15	Ons	Mila Stockholm By Night #1, Centrum OK
16	Tor	
17	Fre	
18	Lör	
19	Sön	
20	Mån	
21	Tis	Löpträning
22	Ons	
23	Tor	
24	Fre	
25	Lör	
26	Sön	
27	Mån	
28	Tis	Löpträning
29	Ons	
30	Tor	

December

1	Fre	
2	Lör	
3	Sön	
4	Mån	
5	Tis	Löpträning
6	Ons	
7	Tor	
8	Fre	
9	Lör	
10	Sön	Tomteskubbet och Stora Julfikat ?
11	Mån	
12	Tis	Löpträning
13	Ons	Mila Stockholm By Night #1, IFK Enskede
14	Tor	
15	Fre	
16	Lör	
17	Sön	
18	Mån	
19	Tis	Klappjakt
20	Ons	
21	Tor	
22	Fre	
23	Lör	
24	Sön	GOD JUL!
25	Mån	
26	Tis	
27	Ons	
28	Tor	
29	Fre	
30	Lör	
31	Sön	GOTT SLUT!