

Nord-Østerdal O-region			Terminliste 2020
Ukedag	Dato	Løp	Sted / arrangør
Torsdag	23.apr	NØK Sprint-cup nr. 1	Alvdal IL
Tirsdag	28.apr	NØK Sprint-cup nr. 2	Røros IL
Lørdag	02.mai	NØK Sprint-cup nr. 3 - Finale	OK Fjell - Haltdalen stadkion
Fre-Lør	8.-9.mai	O-Troll-leir (9-12 år)	Os IL / Nansen IL
Lør	09.mai	Monster-leir - dagsamling	Os IL / Nansen IL
Lør	09.mai	O-Stafesten	Os IL / Nansen IL
		Verdens o-dag	Arrangeres av klubbene 13.-19. mai
Onsdag	13.mai	NØK-karusell nr. 1	Tynset IF
Tirsdag	19.mai	NØK-karusell nr. 2	Folldal IF
Fre	22.mai	Trondheim Open - Prolog	Wing
Lør	23.mai	Trondheim Open - KM langdist.	Wing
Søn	24.mai	KM Stafett (sammen med Nord-Trl)	Freidig
Lør	30.mai	Pinsesprinten	Hamar OK / Løten OL
Søn	31.mai	Elgdilten	Hamar OK / Løten OL
Man	01.jun	Løvspretten	Hamar OK / Løten OL
Onsdag	10.jun	NØK-karusell nr. 3	Røros IL
Lør	20.jun	Oppdal 2-dagers	Freidig
Søn	21.jun	Oppdal 2-dagers	Freidig
Fre	26.jun	O-Festivalen - Sprint	Kongsberg OL
Lør	27.jun	O-Festivalen - Mellomdist.	Kongsberg OL
Søn	28.jun	O-Festivalen - Langdistanse	Kongsberg OL
Fre	10.jul	Sommerløpene i NØ - Sprint	Tynset IF
Lør	11.jul	Sommerløpene i NØ - Mellomdist.	Vingelen IL
Søn	12.jul	Sommerløpene i NØ - Langdist.	Vingelen IL
Fre	21.aug	Midt-Norsk mesterskap sprint	Kvikne IL
Lør	22.aug	Midt-Norsk mesterskap langdist.	Kvikne IL
Søn	23.aug	Midt-Norsk mesterskap stafett	Kvikne IL
Onsdag	26.jan	NØK-karusell nr. 4	Vingelen IL
Lør	29.aug	KM Mellomdistanse	Tydal IL
Søn	30.aug	KM Sprint	Selbu OK
		NØ-mesterskapet	
Fre	04.sep	Tour de Tr.heim - Sprint	NTNUI
Lør	05.sep	Tour de Tr.heim - Mellomdist.	NTNUI
Søn	06.sep	Tour de Tr.heim - Langdist.	NTNUI
Torsdag	11.sep	Nord-Østerdals-mesterskapaet	Os IL