



# Målilla OK informationsblad 2010

## November

6 Lö				
7 Sö	Distans	Jonas	Järnf elljuss	10.00
8 Må				
9 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00
10 Ons				
11 To	Långa intervaller	Gunnar K	MOKstugan	18.00
12 Fre	Årsmöte		MOKstugan	18.30
13 Lö	Årsfest		MOKstugan	15.00
14 Sö	Tipspromenad	Kerstin	Framsteget	10.00
	Brunbilds-OL	Svalbrings	Svalbrings	10.00
15 Må	Upptakt Spår o Backe		MOKstugan	18.00
16 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00
17 Ons				
18 To	Kodsiffer-intervall	Svinge	Moliljan	18.00
19 Fre				
20 Lö	Novemberkonferens		Vrigstad	
	Bastubad		MOKstugan	15.00
21 Sö	Distans OL	Jan-Ulf	Luxo	10.00
22 Må				
23 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00
24 Ons				
25 To	Julkärveförsäljning		Fd. Tallo	17.00
26 Fre				
27 Lö	Distans		MOKstugan	14.00
	Bastubad		MOKstugan	15.00
28 Sö	Lång-distans	Jan-Ulf	Virserum	10.00
	Julskyltningspromenad		Posten	13.00
29 Må				
30 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00

## December

1 Ons	Zon-träff		Ankarsrum	19.00
2 To	OL i slalombacken		MOKstugan	18.00
3 Fre				
4 Lö	Planeringsdag		MOKstugan	10.00
	Bastubad		MOKstugan	15.00
5 Sö	Kartminne mm	GK/Oskar	Målilla station	10.00
6 Må				
7 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00
8 Ons				
9 To	Hinderbana	Anna-Lena	MOKstugan	18.00
10 Fre				
11 Lö	Distans		MOKstugan	14.00
	Bastubad		MOKstugan	15.00
12 Sö	Lucia-OL Fika	Johan	MOKstugan	10.00
13 Må				
14 Ti	Gympa MAQ	Josef	Gy-salen	18.00
15 Ons				
16 To	Intervallträning		MOKstugan	18.00
17 Fre				
18 Lö	Distans		MOKstugan	14.00
	Bastubad		MOKstugan	15.00
19 Sö	Distans OL	Jan-Ulf	Luxo	10.00
20 Må				
21 Ti				
22 Ons				
23 To	Distans		MOKstugan	10.00
24 Fre	God Jul			
25 Lö	Jul-OL	Jan-Ulf	Skolan	10.00
26 Sö	Distans	Jan-Ulf	MOKstugan	10.00
27 Må				
28 Ti	Distans	Jan-Ulf	MOKstugan	18.00
29 Ons				
30 To				
31 Fre	Lång-distans	Jan-Ulf	MOKstugan	10.00

### Planeringsdag

Lördagen den 4 december har vi planeringsdag i MOK-stugan kl 10.00. Anmälan till Kerstin eller Anne-Marie senast 27 november.

### Spårgrupper vintern 2011

Alla är välkomna till ett upptaktsmöte inför vinterns arbete med alla skidspår och sklidbacke. Måndagen den 15 nov. kl. 18.00 i MOK-stugan.

### Paketlotteri vid julsyltningen

Paket värde 30 kr lämnas till Anna-Lena K senast 20 november.