

FARUM OK'S HJEMMESIDE 2024 er i luften



Bertram, Ida, Freja klar til at løbe

Klubteltet på tur i Påske 2024
Skønt terræn med vand og mudder



Kai i
en skov
af
bregner



Mikkel i opløbet
ved DM

Ny i klubben og lidt usikker på tilmelding, på fælles overnatning, på "andet" - så kontakt nogle af os andre i klubben og få en snak og få svar på dine spørgsmål. Vi vil gerne hjælpe dig til, at få de samme gode oplevelser, som vi har haft gennem årene.

Nu er det sommer—sommer og sol, havet og blæsten og duft af kaprifol'

Er du klar til ferie, sommer, sol og oplevelser?

Endnu et stort tillykke til os selv

Vi blev igen nr. 3 ved divisionsmatchen i Hedeland søndag d. 26. maj.

Det var godt nok et noget anderledes terræn at løbe og finde vej i.

Dermed er vi tredjebedste klub på Sjælland.

Det endelige resultat kan du finde [her](#). Hvis du vil se din placering – og hvor mange point du gav til klubben, så skal du scrolle ned til du ser dit navn.

Husk klubturene i september og oktober 2024 og i påsken 2025

.... har du og din familie besluttet jer? Læs mere om turene på vores hjemmeside [her](#).

Træning og løb i juni

TTT – TorsdagsTeknikTræning torsdage med start kl. 17-18. Der er en bane, en udfordring og en oplevelse til dig. Læs mere [her](#). D. 6. juni i Ganløse Ore og d. 13. juni i Farum Lillevang.

Ballerup Sommercup d. 4., 18. og 25. juni - se mere [her](#).

Ungdoms- og Skovtroldetræning tirsdag d. 4., 11., 18. og 25. juni

CityOrienteringsløb med mødested på Kastellet. Se mere [her](#).

Ungdomsløbere og juniorer kan komme på sommerlejr

Her får I både træning, gode venskaber og fantastiske oplevelser.

U 1 (11 - 13 år) tager til Sverige – se mere [her](#).

U 2 (14 - 16 år) skal også til Sverige – se mere [her](#).

Orienteringsløb i sommerferien

I juli er der massevis af spændende og udfordrende løb i Jylland og i udlandet – Der er Vikingedysten i Sønderjylland, Vestjysk 2 dages og flerdages løb i Sverige, Italien, Schweiz.

Der er også OTØ-baner. Se mere [her](#).

Så der er rig mulighed for at få luftet løbeskoene og kompasset. Og holde hjernen og benene i gang henover hele sommeren.

Sommerferieaktiviteter for børn og unge i Furesø

.... skal din nabos børn med eller kender du nogle skolebørn, der gerne vil opleve orienteringsløb? Det er fra 5. til 9. august.

Se mere på Furesø Kommunes hjemmeside [her](#).

DM Mellem i Pamhule Skov ved Haderslev lørdag d. 24. august

Er det nu, du skal deltage i et Danmarksmesterskab? Se mere [her](#).

Klubmesterskab og Klubfest

..... foregår lørdag d. 31. august. Mere information følger – men sæt et kryds i kalenderen nu.

Klubben har brug for dig

Farum Orienteringsklub arrangerer hvert år nogle orienteringsløb og her har vi meget brug for din hjælp.

Vi skal arrangere DM for klubhold søndag d. 6. oktober. Her forventer vi 600 deltagere.

Der skal hjælp til parkering, til at bygge stævnepladsen op, til en kiosk, til at sætte poster i skoven og samle dem ind efter løbet. Der skal hjælp til at udlevere væske i mål og på en post ude i skoven, Der er mange store og små opgaver, der skal klares, for at deltagerne får en god oplevelse. Og der er lige en opgave til dig.

Kontakt Stævneleder [Kai Beck-Andersen](#) og fortæl, hvor du vil hjælpe.

**I ønskes en fantastisk sommer
med mange skønne oplevelser i skoven**

Mange sommer-hilsner fra bestyrelsen⁺⁺

Klubtøj



Du kan vise, at du løber i
Farum Orienteringsklub.
Vi har noget praktisk og meget lækkert
løbetøj. Brug vores klubtøj og gør
reklame for sporten og for klubben.
Se mere [her](#).