

OK Denseln

MÖJLIGHETERNAS KLUBB

månadsblad november 2025

Vånga – Kimstad – Norsholm – Skärkind – Skärblacka - Norsholm – Kimstad – Vånga

postadress: **Mårängens Camping 1, 617 31 SKÄRBLACKA.**

bankgiro 552-7973. e-postadress: okdenselnkansli@gmail.com hemsida: <https://denseln.kanslietonline.se/>

NYHETER - PÅMINNELSER - MEDDELANDEN



Våra träffar på torsdagarna består,
Mårn kl. 9.30 gäller för promenad eller bara
komma för att vara sociala och ta en fika.

6/11	Inger K / Nils-Göran K
13/11	Gunilla A / Ove A
20/11	Inger A / Bo A
27/11	Ing-Marie S / Ove S
4/12	Christina K / Kjell A

Boule med 60+ vid klubbstugan Mårn.
Tisdag klockan 14:00 så länge vädret tillåter.

Vi välkomnar alla 60+ och daglediga.
(Även icke Denselnmedlemmar välkomna)



Vi fortsätter Bingolottoförsäljningen.

För den som önskar lotter, hör av er till:
Stig Karlsson, 072 710 81 81

Den som vill ha lotter till jul och nyår,
hör av er till Stig Karlsson, 072 710 81 81

Vid jul och nyår kommer vi sälja lotter vid ICA.
Kan du tänka dig att ställa upp och sälja någon
dag så sikta in dig på 20-23 dec och 30-31 dec.
En lista kommer finnas i klubbstugan som du
kan skriva in vilken tid du kan sälja.

Ekonomigruppen

OK Denseln i Höst

OK Denseln 75-årsfest den 8 november klockan 17:00 i Folkets hus Skärblacka.

Fikat på söndagar i klubbstugan startar.

Planeringsmöte inför 2026 söndag den 16 nov.

Nattcupen för säsongen startar den 20 nov.

29 nov är det julmarknad på centralplan, vi säljer lotter och granar.

30 nov är det höstmöte med summering av året som har gått och prisutdelning för ungdomsserien.

November 2025

1	V44 lördag	
2	söndag	10:00 Löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
3	V45 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
4	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
5	onsdag	18:00 Elitträning (svåra banor), Torstorp
6	torsdag	09:30 60+, Mårn 18:00 Teknikträning natt, Mårn
7	fredag	
8	lördag	OK Denseln 75-årsfirande Östgötaträning HOK, Inbjudan/anmälan i eventor
9	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
10	V46 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
11	tisdag	Peking Vintercup, Söderköpings OK
12	onsdag	18:00 Elitträning (svåra banor), Grosvad
13	torsdag	09:30 60+, Mårn 18:00 Teknik-natt, Mårn Östgötaträning/TMÖ LOK, Inbjudan/anmälan i eventor
14	fredag	
15	lördag	
16	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
17	V47 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
18	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
19	onsdag	18:00 Elitträning (svåra banor), Ågelsjön
20	torsdag	09:30 60+, Mårn 18:00 Nattcup (Mattias E), Mårn
21	fredag	
22	lördag	Östgötaträning OK Roxen, Inbjudan/anmälan i eventor
23	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 11:00-14:00 Fika i stugan, Mårn
24	V48 måndag	18:00 Intervall, Krokhagens IP
25	tisdag	18:00 Löpning, Mårn 19:00 Styrka, Mårn
26	onsdag	18:00 Elitträning (svåra banor), Söderköping
27	torsdag	09:30 60+, Mårn TMÖ BMOL (se eventor) 18:00 Teknikträning natt, Mårn
28	fredag	
29	lördag	Julmarknad på centralplan i Skärblacka Östgötaträning SOK/LiU, Inbjudan/anmälan i eventor.
30	söndag	10:00 Ungdomträning + löpning, Mårn 12:30 Höstmöte med fika, Mårn

Tränings-och Stugansvariga

V43-V44	Vildsvinen	Thomas Lilja
V45-V46	Mårdarna	Susanne Karlsson
V47-V48	Älgarna	Christer Lilja

MÖTEN

-	Styrelsen	-
16/11	Planeringsmöte för 2026	12:00-14:00
30/11	Höstmöte med fika	12:30
19/11	Tekniska	18:00



ANMÄLNINGAR

Datum	Arrangör	Anm.dat
19-25/7	O-ringen 2026, Göteborg	2/11

Nattcup

Nu börjar äntligen nattcupen igen.

Vi börjar 20 november med Mattias Edstam som ansvarig.

Nästa gång blir 11 december när Oleksii Ignatiev är ansvarig.

Den ansvarige lägger banor och ser till så att dessa blir utskrivna, skrivaren i klubbstugan går att använda.

Den ansvarige tar hjälp av sin träningsgrupp med att sätt ut SI / plocka in SI, sköta anmälan och avläsning.
(Kontakta Björn K för dator)

Hoppas att många tar chansen att springa natt, så att ni är bra tränade inför nästa säsong.

Planeringsmöte för 2026

Den 16 november är du välkommen till klubbstugan mellan 12:00-14:00 med dina ideer om hur vi ska jobba i klubben under nästa år.

Vi tar upp alla ideer till diskussion och tillsätter grupper som får genomföra de ideer vi går vidare med.

Östgötaträningar är träningar som alla östgötaorienterare med elitfokus får delta på, arrangeras av Östgötaclubbarna och LiU. Anmälan/inbjudan på eventor.

Tiomilacupen Mellersta Östergötland(TMÖ) öppen för alla. Anmälan/inbjudan på eventor.