



OK Djerfs veckobrev

v. 20 2025



VECKANS BILD: Djerfs deltagare på 10Mila där vi hade två ungdomslag, ett herrlag och ett damlag.

I detta veckobrev

Vecka 19

Måndag 12/5 - KOK:s motions-OL, Strand

Tisdag 13/5 - Motions-OL, Löten

Onsdag 14/5 - Barnträning, Stråningstorp

Onsdag 14/5 - Park Tour Värmland omgång 1, Grums

Torsdag 15/5 - Veteran-OL, Lindesberg

Torsdag 15/5 - KOK:s motions-OL, Sättra

Lördag 17/5 - Vikingträffen, Hagfors

Övriga tävlingar med djerfare anmälda

Veckans bana

Övrigt/Kommande aktiviteter

Värmlandslägre 24-25/5

Säsongsutvärdering vinterhalvåret 2024-2025



[@okdjerf](#)
[@varmlands_of](#)
[@svenskorientering](#)



[OK Djerf \(grupp\)](#)
[Orientering i Värmland \(grupp\)](#)
[Värmlands orienteringsförbund](#)
[Svensk orientering](#)



[OK Djerf](#)
[Värmlands OE](#)
[SOFT](#)



OK Djerfs veckobrev

v. 20 2025



Information om träningar, tävlingar och övriga klubbaktiviteter

Få en bra överblick över hela årets klubbaktiviteter genom att läsa [Årsplanering OK Djerf - Google Kalkylark](#).

Alla svenska orienteringstävlingar hittas via [Eventor - Tävlingskalender](#).

Resultat från tävlingar går att följa live via [liveresultat.orientering.se](#).

Samåk gärna till träningar och tävlingar, bra både för miljön och gemenskapen!

Redan nu i helgen (v. 19)

Fredag-söndag 9-11/5 - SM medel och stafett, Karlstad

Svenska mästerskap i medeldistans och stafett som även ingår i Swedish League respektive Stafettligan, arrangerat av OK Tyr och Skattkärrs SOK. I SM-klasserna på medeldistansen representeras Djerf av Linus Bodin Liliegren (H18), Rasmus Pettersson (H21) och Åsa Zetterberg Eriksson (D21). Tävlingarna följs bäst på plats men går även att följa via en livesändning. På stafetten ställer klubben upp med lag i H20 och D21 samt ett kombinationslag i H21 tillsammans med IK Vikings OK.

Fredag-lördag 9-10/5: [SM, medel \(Swedish League, #4, WRE\)](#)

Söndag 11/5: [SM, stafett \(Stafettligan, #4\)](#)

Fredag-söndag 9-11/5 - Värmlandstrippeln, Karlstad

Nationella tävlingar i medeldistans arrangerade av OK Tyr och Skattkärrs SOK i samband med och på samma arena som SM medel och stafett. Lördagens tävling ingår i Lilla VM för ungdomar mellan 11-16 år. Alla tre dagar ingår Pokaljakten för ungdomar upp till 14 år (en dag räcker för att det ska räknas som deltagande).

Fredag 9/5: [Värmlandstrippeln, dag 1](#)

Lördag 10/5: [Värmlandstrippeln, dag 2](#)

Söndag 11/5: [Värmlandstrippeln, dag 3](#)

Övriga tävlingar med djerfare anmälda

Lördag 9/5: [Närkedubbeln, dag 1, lång](#)

Söndag 10/5: [Närkedubbeln, dag 2, medel](#)

Vecka 19

Måndag 12/5 - KOK:s motions-OL, Strand

Kristinehamn OK:s motionsorientering. Mer information i Eventor. Anmälan senast två dagar före.

Eventor: [Motions-OL/Ungdomsträning](#)



[@okdjerf](#)
[@varmlands_of](#)
[@svenskorientering](#)



[OK Djerf \(grupp\)](#)
[Orientering i Värmland \(grupp\)](#)
[Värmlands orienteringsförbund](#)
[Svensk orientering](#)



[OK Djerf](#)
[Värmlands OF](#)
[SOFT](#)



OK Djerfs veckobrev

v. 20 2025



Tisdag 13/5 - Motions-OL, Löten

OK Djerfs motionsorientering, dvs träningsbanor med tidtagning. Fri starttid mellan kl. 17:00-18:00. Samling på plats för ledarledd träning kl. 17:30. Mer information om plats, banor mm: se blåa rutan i Eventor.

Eventor: [Motions-OL](#)

Onsdag 14/5 - Barnträning, Stråningstorp

Orienteringsträning med inslag av lekar, för barn mellan 7-12 år (grön, vit och gul svårighetsgrad). Samling 17:30. Mer information mailas ut till berörda närmare inpå. Har du frågor inför träningen eller vill prova på att vara med? Tveka inte att höra av dig till Anders (anders_pelander@hotmail.com).

Onsdag 14/5 - Park Tour Värmland omgång 1, Grums

Värmlands sprintcup med dubbeldeltävlingar på onsdagar. Mer information och anmälan i Eventor. Samåkning från [Tools/Swedol](#) 16:45.

Eventor: [Park Tour Värmland Grums](#)

Torsdag 15/5 - Veteran-OL, Lindesberg

Motionsorientering för veteraner. Anmälan och mer information i Eventor.

Eventor: [VeteranOL](#)

Torsdag 15/5 - KOK:s motions-OL, Sättra

Kristinehamn OK:s motionsorientering. Mer information i Eventor. Anmälan senast två dagar före. KOK:s motions-OL är denna veckas **teknikträning**. Samåkning från [Tools/Swedol](#) kl. 17:30 eller samling på plats kl. 17:50. Observera att man helst ska **anmäla sig på Eventor** senast två dagar före.

[Motions-OL Sättra](#)

Lördag 17/5 - Vikingträffen, Hagfors

Nationell tävling i medeldistans, arrangerad av IK Vikings OK. Tävlingen ingår i Lilla VM för ungdomar mellan 11-16 år och Pokaljakten för ungdomar upp till 14 år. Samåkning från [Nobelhallens parkering](#) kl. 8:30.

Eventor: [Vikingträffen](#)

Övriga tävlingar med djerfare anmälda

Lördag 17/5: [Barkenträffen, dag 1](#)



[@okdjerf](#)
[@varmlands_of](#)
[@svenskorientering](#)



[OK Djerf \(grupp\)](#)
[Orientering i Värmland \(grupp\)](#)
[Värmlands orienteringsförbund](#)
[Svensk orientering](#)



[OK Djerf](#)
[Värmlands OF](#)
[SOFT](#)



OK Djerfs veckobrev

v. 20 2025



Veckans bana

Träningsbanor med kontroller som sitter ute hela veckan. Mer info i Eventor via länkar nedan.

Degerfors OK: [Veckans bana v. 19-20 Isbergskojan](#)

Övrigt/Kommande aktiviteter

Värmlandslägre 24-25/5

Deje SF och SISU Forshaga SK hälsar ungdomar och juniorer 11-20 år välkomna till Värmlandslägre 2025. Lägre hålls den 24-25 maj. Mat och logi är i Lärcenter i Forshaga. Anmälan senast tisdag 13/5. Mer information har mailats ut av Anders till berörda.

[Anmälan ungdomar](#)

[Anmälan ledare](#)

Säsongsutvärdering vinterhalvåret 2024-2025

Tyck till om klubbens tränings- och tävlingsverksamhet! Vad kan förbättras och vad är bra? Svara på enkäten "Utvärdering OK Djerf vinterhalvåret 2024-2025" som OL-sektionen har tagit fram så vi kan utveckla vår verksamhet. Enkäten finns [här](#).

Vill du eller din vän också få OK Djerfs veckobrev på mailen varje fredag?

Maila veckobrev@okdjerf.se.

Mvh OK Djerf genom

Elin Lindberg, elins96@hotmail.com

Rasmus Pettersson, raspet.rp@gmail.com

Anders Pelander, anders_pelander@hotmail.com



[@okdjerf](#)
[@varmlands_of](#)
[@svenskorientering](#)



[OK Djerf \(grupp\)](#)
[Orientering i Värmland \(grupp\)](#)
[Värmlands orienteringsförbund](#)
[Svensk orientering](#)



[OK Djerf](#)
[Värmlands OF](#)
[SOFT](#)