

TNT Treninger		KALDENDER TNT 2019										Oppdatert:	13-Aug-2019		
		April		Mai		Juni		Juli		August		September		Oktober	
Viktige løp/turer	1		1	O-teknisk trening	1		1	Italy 5-days	1		1	Familiesamling	1		
	2	OsloCityCup	2		2	Huldersprinten	2			2		2	Tour of Lillomarka	2	Harry Lagert
Felles Treninger	3	O-teknisk trening	3		3	Tour of Lillomarka	3		3		3		3		
	4		4		4		4		4	Hovedløpene	4	O-teknisk trening	4		
Andre løp/turer	5		5	Romeriksløpet	5	O-teknisk trening	5	Sommerløp Østerdalen	5	O-landsleir 14-16 åringer Østerdalen	5		5		
	6	Norwegian Spring	6	Tour of Lillomarka	6		6				6		6		6
Trimtex løp	7		7	OsloCityCup	7		7		7		7		7		
	8		8	O-teknisk trening	8	Pinseløp Kongsberg	8		8		8	KM Mellom Nitdal	8		
	9	OsloCityCup	9		9			9		9		9	Tour of Lillomarka	9	Harry Lagert
Mars	10	O-teknisk trening	10		10		10		10	Night Hawk Lillomarka	10		10		
Intervall + Styrke	11		11	15-stafetten	11		11		11		11	O-teknisk trening	11		
	12		12		12	O-teknisk trening	12		12		12		12		
O-teknisk trening	13		13	Tour of Lillomarka	13		13		13		13		13		
	14		14	KM sprint	14	Kretssamling	14		14	VM med publikumsløp	14		14	Intervall + Styrke	
	15	Nordjysk - Samling i Danmark	15	O-teknisk trening	15			15			15		15	Trimtex-finale	15
	16		16		16		16		16		16	Tour of Lillomarka	16	Harry Lagert	
	17		17		17	Tour of Lillomarka	17		17		17		17		
Intervall + Styrke	18	Påskeferie	18		18		18		18	Hemingløpet	18	O-teknisk trening	18		
	19		19	Fossumløpet	19	O-teknisk trening	19		19			19		19	Blodslitet
O-teknisk trening	20		20	Tour of Lillomarka	20		20		20			20		20	
	21		21		21	Sørlands-galoppen Skien	21		21	Andy Cap	21		21	Intervall + Styrke	
	22		22	O-teknisk trening	22			22		22		22		22	
Gromløpet Huk	23	OsloCityCup	23		23		23		23		23	Tour of Lillomarka	23		
	24	O-teknisk trening	24		24		24		24	KM Lang Asker	24	KM Natt	24		
Intervall + Styrke	25		25		25		25		25	KM Stafett	25	O-teknisk trening	25	Harry Lagert natt	
	26		26		26		26		26	Tour of Lillomarka	26		26		
O-teknisk trening	27	10-mila Sverige	27	Tour of Lillomarka	27		27		27		27		27		
	28		28		28	O-festivalen Larvik	28		28	O-teknisk trening	28		28	November	
	29		29	O-teknisk trening	29			29		29	Døpeløpet	29		8	O-Event Sverige
Kretssamling Strømstad	30	OsloCityCup	30		30		30		30		30		9		
	31		31		31		31		31	Familiesamling			10		