

NYHETER SOM HAR LIGGET PÅ B&OI ORIENTERINGS HJEMMESIDE I 2013

Redigert av Arne Kristian Nordhei

ROMJULSGATE-O-LØP, RESULTATER, skrevet 30. desember, av Marit Johnsen

Hele 44 løpere stilte opp på dagens gate-o-løp fra Bodin videregående skole. Leif Magne var i år som tidligere år løypelegger og løpsleder og hadde lagt 4 ulike løyper. Litt isete noen steder, men alle kom seg helskinnet i mål. Resultatene er lagt ut under LØP OG RESULTATER i menyen til venstre. Takk til Leif Magne som holder oss i trim i jula !

VAKTLISTE JANUAR - MARS 2014, skrevet av Åge Mohus

Vaktlista ligger nå ute.

JULEKALENDEREN LUKE 20, skrevet 20.desember, av Arne Kristian Nordhei

Luke 20. Vi har nå åpnet 19 flotte luker i B&OIs julekalender. Dagens luke topper alt, finere luke kan man ikke tenke seg. Den setter hele klubben i perspektiv, og forteller at vi er viktigere enn vi kanskje tenker over til daglig. "Som du ser meg" tar oss tilbake noen år.

JULEKALENDEREN 2013, skrevet 26.november 2013, av Arne Kristian Nordhei

						<u>1</u>
<u>2*</u>	<u>3</u>	<u>4*</u>	<u>5</u>	<u>6 / 6x</u>	<u>7</u>	<u>8</u>
<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>
<u>16</u>	<u>17 / 17x</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>	<u>22</u>
<u>23</u>	<u>24 / 24-Arild</u>					

Med god hjelp av klubbens medlemmer, og Elisabet spesielt, så blir det julekalender i år også. Søndag kan første uke åpnes.

Lukene vil kunne åpnes fra kalenderen over, eller fra facebookgruppa vår.

AVLYST FELLESTRENING I DAG, skrevet 10.desember, av Anders Kure

Treninga i dag, tirsdag: idrettsutvalgets ivrige medlemmer har av diverse årsaker ikke anledning til å stille på utetreninga i dag, og det blir fremdeles mye vått og glatt vær i kveld. Vi avlyser derfor kveldens fellestrening (men det er ikke forbudt for enkeltpersoner å løpe seg en tur).

Oppfordring til alle: som alternativ kan dere gjennomføre øvelser fra høstens innetreninger hjemme på stuegolvet. Balanse, styrke og bevegelighet :-)

GYMSALEN STENGT I DESEMBER, skrevet 30.november 2013, av Marit Johnsen
Det blir ikke innetreninger på tirsdagene i desember pga at skolen skal bruke gymsalen selv. Det blir utetreninger som vanlig, og er været greit så varer kanskje treningen ute lenger enn en time. **NB! Anders melder at oppmøte blir kl 18.30 10. og 17.desember.**

EKSTRALUKE 4.DESEMBER 2013, mOro fra Amund

Under Ungdomsstafetten Axa i Boden (dagen før O-ringen) løp vi fra B&OI mot flere ungdomslag fra Kina. Det ble stående applaus på stadion da kineserne en etter en kom inn til veksling på førsteetappe – ca. 1-2- 3 etapper bak hovedfeltet....

De må tydeligvis fortsette å øve. Dette er tracking av løpere fra Kina under O-VM:

<http://m.youtube.com/watch?v=NuOgpJYF-og>

EKSTRALUKE 2.DESEMBER 2013, BURSDAGSHILSEN

HURRA FOR IRENE - VÅRT ALLTID LIKE BLIDE STYREMEDLEM SOM FYLLER 50 ÅR I DAG 2.DESEMBER.

Hipp hipp hurra, vi håper dagen i dag blir bra. Gratulerer fra hele B&OI orientering.



TRENING TIRSDAG 19.NOVEMBER, skrevet 17.november 2013, av Heidi Jensen
På o-treningen på tirsdag blir det sprintsløyfer ute og ca samme opplegg som sist inne.

Siden det er mørkt ute anbefales **hodelykt, refleksvest** i tillegg til sko etter føre.
Ta gjerne med plastlomme om dere har det.
Oppmøte presis kl 18.00 som vanlig.

Romjuls gate-O-løp - mandag 30.12. - kl 18-19, skrevet 6.november 2013, av Leif Magne Eggstad

Årets siste O-løp blir på mandag 30.12. med start/innkomst i Idrettsbygget på Bodin vgs. Nytt kart, tradisjonelle løyper mellom 1,5 km til ca 4 km, for N-, C-, B- og A-løpere.

Mulig starttid mellom kl 18-19, og forhåpentligvis også med "Gløgg" som løpsdrikke etter løpet.

mvh Leif Magne

RESULTATER INNENDØRS-O, skrevet 2.november 2013, av Marit Johnsen
Resultater er nå lagt ut under LØP OG RESULTATER i menyen til venstre.
Strekktidslisten er denne gangen i PDF og litt rotete, da Motime ikke ville samarbeide og lage den i html format. Lisbeth og Leif Magne som sprang ut med egne brikker har jeg ikke funnet tid på i Motime, så jeg må bare beklage at tidene ikke er med. Kan dere ha glemt å nulle brikken før dere løp ut ?

TURORIENTERINGSAVSLUTNING, skrevet 31.oktober 2013, av Marit Lunde

Det blir, som vanlig, turorienteringsavslutning i Mørkvedhallen fredag 1. november. Arrangementet starter kl 18. Oppmøte for klubbens medlemmer ca 16.30. Håper så mange som mulig stiller opp, da går det så greit med rigging, diplomskriving, vaffelsteking og loddsalg! Sees i Mørkvedhallen på fredag.

REDIGERING AV LOGO-SNARVEIENE ØVERST PÅ NETTSIDEN, skrevet 31.oktober 2013, av Arne Kristian Nordhei



Logoen for OPN er foreløpig fjernet, der er det lite aktivitet. I stedet er det lagt ut lenke til klubbens facebookside.

Samtidig er det ikke til å legge skjul på at diskusjonsforumet vårt ikke brukes så veldig mye, i alle fall ikke av så veldig mange. Erfaringen er at beskjeder best gis her via forsiden av hjemmesiden samt på facebook. Aktiviteten på facebookside er ganske stor, og beskjeder kommer raskt fram til mange. Og alle medlemmene kan gi beskjeder uten å

gå via websjefen.

Vi prøver å legge ut all info her på hjemmesiden, men noen ganger kan det ta litt tid før alt kommer på hjemmesiden.

Facebook er nok kommet for å bli en stund, og det er et godt hjelpemiddel for å gi informasjon til store grupper mennesker.

INNENDØRSLØP OG O-FEST for hele familien tirsdag 29. okt kl 1800 på Universitetet
Da er tiden kommet for å utfordre hverandre til årets innendørsløp på Universitetet i Nordland.

Også i år blir det spennende to-manns stafett, med start og mål samme sted som i fjor (i kantina i hovedbygget). Håvard I er løypelegger, og styret er teknisk arrangør.

Etter løpet blir det tradisjonsrik indisk mat og o-fest. Ta gjerne med hele familien.

Påmelding på forumet, eller direkte til torkel42@gmail.com, innen søndag kveld.

Vi trenger å vite hvor mange som skal løpe, og hvor mange som skal spise.
Arrangementet er gratis.

Hvis noen har lyst å bake en kake til kaffen, så er det populært. Meld også fra hvis du ikke tåler indisk mat.

Da sees vi på tirsdag.

Hilsen styret v Torkel

BLODSLITET I FREDRIKSTAD, skrevet 19.oktober, av Marit Johnsen

I dag går lagdistanseløpet Blodslitet av stabelen i Fredrikstad og også i år deltar noen av våre aktive ungdomsløpere.

Nora i D13-14, Marius og Amund G i H13-14, Amund K og Espen i H 15-16 og Martha i D15-16. Elisabet og Lars er med som reiseledere og stiller opp i hhv D og H45.

Vi ønsker dem lykke til, fra snøen her nord.

Løpet har klassevise fellestarter. Det er mulig å følge med våre løpere på liveresultater her : [Live](#)

SESONGAVSLUTNING, skrevet 18.10.2013, av Torkel Irgens

Hei, styret har lyst å føre tradisjonen med innendørsløp og o-fest for hele familien med indisk mat videre. Vi foreslår tirsdag 29. okt kl 1800 på UiN. Mer info om påmelding og opplegget for sesongavslutningen kommer.

GPS KURS 26.OKTOBER, skrevet 17.oktober av Marit Lunde

Lørdag 26. oktober vil Jakob Skogan holde kurs i bruk av GPS for klubbens medlemmer. B&OI har fått et fylkeskommunalt tilskudd som blant annet benyttes til innkjøp av egen GPS som kan benyttes for eksempel ved utsetting av poster. Nærmere info om sted og tid for kurset kommer senere. Dersom det er stor interesse kan det bli aktuelt å dele inn i flere grupper. Frist for påmelding settes til 20.

oktober. Gi beskjed på facebook eller send meg en mail på
marit_lunde@hotmail.com dersom du er interessert i å delta.

TIRSDAGSTRENING 22 OKTOBER, skrevet 17.oktober av Håvard Irgens
Første o-trening med sal blir tirsdag 22.10. Opplegget er lagt som vedlegg. Jeg vil
legge til at hvis noen skadede trenere har lyst til å stå sammen med meg å instruere
ivrige o-løpere under Sløyfe-o så er det fint. Deres oppgave blir da å gi
tilbakemelding til utøvere hvis jeg ikke rekker å ta alle samtidig.

Ønsker du å være med å skape liv på trening, så er det bare å melde seg på. Enten
på Facebook eller på tlf: 41699873...

Oppmøte er kl 17:45 (Vi starter på slaget) utenfor Gymsal på Mørkvedmarka
skole. Vi holder på til kl 20:00

Husk hodelykt, skiftetøy og eget tøy til gymsal!

Opplegg

ÅRETS SISTE LØP, skrevet 7.oktober av Marit Johnsen
Oppdatert: Resultatene er nå lagt ut under LØP OG RESULTATER.
I morgen er det klart for sesongens siste o-løp lokalt. Nattløp i Rensåsparken, med
samlingsplass rett bak Kjolesalongen.
Oda har laget en A-løype med kartbytte på ca 2 km og en N-løype på 0,9 km. Ta
med hodelykt og møt opp. Start kl 19.00

NATTORIENTERING PÅ BESTEMORENGA, 1.oktober 2013, skrevet av Arne K Nordhei

Foreløpige resultater ligger ute i diskusjonsforumet: <http://forum.bodo-orientering.no/phpbb2/viewtopic.php?p=2845#2845>

Oppdatert av Marit J 2.oktober: Endelige resultater er nå lagt ut under LØP OG
RESULTATER.

GPS-KURS, skrevet 26.september 2013, av Marit Lunde
Lørdag 26. oktober vil Jakob Skogan holde kurs i bruk av GPS for klubbens
medlemmer. B&OI har fått et fylkeskommunalt tilskudd som blant annet benyttes til
innkjøp av egen GPS som kan benyttes for eksempel ved utsetting av poster.

Nærmere info om sted og tid for kurset kommer senere. Dersom det er stor interesse kan det bli aktuelt å dele inn i flere grupper. Frist for påmelding settes til 20. oktober. Gi beskjed på facebook eller send meg en mail på marit_lunde@hotmail.com dersom du er interessert i å delta.

TURORIENTERINGS-AVSLUTNING, skrevet 26.september 2013, av Marit Lunde
Det blir, som vanlig, turorienteringsavslutning i Mørkvedhallen fredag 1. november. Arrangementet starter kl 18. Oppmøte for klubbens medlemmer ca 16.30. Håper mange av dere har anledning til å komme! Oppfordrer også alle til å ta med gevinster til lotteriet dersom dere har mulighet til å få noe sponset f.eks. fra jobben

SALTENSPRINT MØRKVEDMARKA SKOLE, skrevet 24.sept av Arne Kristian Nordhei

Husk på at det i dag er start fra kl 17:30. Sted: Mørkvedmarka skole.

OPPDATERING av Arild Hegreberg: [resultater](#)

RESULTATER SALTENDILTEN, skrevet 21.september, av Frode Ikdahl

[Resultater.](#)

Foto fra starten, klar ferdig gå:





RESULTATER Saltensprint 3 MØRKVEDHALLEN, skrevet 17.sept 2013, av Marit Johnsen

Flott Saltensprint fra Mørkvedhallen i dag. Ros til løypelegger debutant Martha for gode løyper med mange veivalg. Resultatene er lagt ut under LØP OG RESULTATER.

ORIENTERING PÅ HUNSTAD UNGDOMSSKOLE, skrevet 17.sept 2013, av Arne K Nordhei

B&OI orientering med proft opplegg på Hunstad Ungdomsskole:
<http://hunstadu.bodo.kommune.no/>

Torkel, Håvard og Bamse stilte opp en helg fridag, og Hunstad Ungdomsskole var kjempetakknemlige for innsatsen de la ned.

SALTENDILTEN og KM NATT, skrevet 13.september 2013, av Geir Moen

Saltendilten lørdag 21 sept; husk påmeldingsfrist er innen mandag kl 2359

Innbydelse. NB! Det ligger inne en feil for D55s løypelengde. De kan løpe 6 km.

Innbydelse KM-Natt Tverlandet fredag 20.september (skrevet av Håvard Berg)

Første start kl. 2100

Oppmøte ved Tverlandet skole.

Kart: Tverlandsbyen. Målestokk: 1:7500. Ekvidistanse 5 m.

Klasser, se eventorpåmeldingen.

Løypelengder ca. som for KM-Mellomdistanse , se [www.nook.no](http://www.nook.no/info2008/DistansenormforNOOKvedtatt2008.pdf)
<http://www.nook.no/info2008/DistansenormforNOOKvedtatt2008.pdf>
O-gruppa Tverlandet

KLUBBMESTER 2013, skrevet av Arne Kristian Nordhei

Nok en gang var det en av de unge, kjappe guttene som vant klubbmesterskapet. Espen Samuelsen Skiri vant ikke bare klubbmestreskapet, han hadde også best løpstid. Fortjent seier altså. Vi gratulerer.



RESULTATER
PRIO/KLUBBMESTERS
KAP, skrevet
10.september 2013, av
Marit Johnsen
Nå er rangert liste for
priorløpet inklusiv
tillegg for feil
makropost klar.
Resultat (excel)

Liste med anvendt tid
med strekktider
kommer i løpet av
morgendagen under
LØP og RESULTATER.

Det ble en svært
spennende avslutning
og overraskende
mange fikk tidstap på
sisteposten som jeg
som løypelegger
trodde skulle være ren
plankekjøring siden
den lå så nær
mål/samlingsplass.

STARTLISTER FOR ÅRETS KLUBBMESTERSKAP, skrevet 9.september 2013, av
Anders Kure
Oppdatert av Marit J, løypelegger.

Tirsdag er det prioløp/klubbmesterskap.

Omvendt jaktstart etter årets resultater og PRI. Det blir mer tett og spennende enn vanlig, ser det ut som!

Selvfølgelig er det N- og C-løype med fri starttid for dere som er for ung til å være med på PRIO.

Sjekk startlista for å se når du starter. (Excelfil).

Løpet arrangeres i morgen tirsdag 10.september på Ospenesfjellet, mellom Vatn-Vatnet og Heggmoen (nesten der vi arrangerte NNM for et par uker siden).

Samlingsplass blir på veiens høyeste punkt, før nedkjøring mot Heggmoen. Det er dårlig med parkeringsplasser ved samlingsplass, så jeg ber flest mulig om å kjøre ned til Heggmoen og parkere der og varme opp tilbake til samlingsplass.

For øvrig blir det vanlig opplegg med makroposter, dvs at på en post i løypa vil det være flere poster nær hverandre og du skal stemple på den som er tegnet på ditt kart. I postkodefeltet i postbeskrivelsen er det bare oppgitt en bokstav på den posten (angir at det er makropost), så du kan ikke sjekke postkode for å se om du er på rett post. Stempler du på feil post, eller på mer enn en av postene så blir det 1 minutt tillegg i tiden.

BILDER FRA KM STAFETT (tatt av Torkel Irgens), skrevet 9.sept 2013, av Arne K Nordhei





Bilde fra stafettens start, og av de yngste som ikke løp stafett.

Resultatene ligger her.

ET KLUBBYTTE OG ET TUSEN TAKK, skrevet 5.september av Håvard Irgens

Hei!

Som mange vet så kommer jeg til å bytte klubb nå i september. Jeg bytter til Fossum IF, som er en av landets beste juniorklubber. Det er kanskje flere som synes det er merkelig å bytte klubb før sesongslutt, eller å bytte klubb selv om en er boende i Bodø. Jeg vil derfor prøve å forklare mine tanker rundt dette klubbyttet.

Les alt i forumet.

RESULTATER SK FESTVÅG, skrevet 3.september, av Marit Johnsen
Resultatene fra årets siste Saltenkarusell løp er nå lagt ut under LØP OG
RESULTATER i menyen til venstre.

Neste tirsdag er det klart for årets morsomste løp, PRIO/Klubbmesterskap. Dette er løpet hvor alle skal ha mulighet til å vinne. Hvis Anders sin teori holder mål, skal alle komme i mål samtidig. Mer info vil komme etterhvert.

KRETSMESTERSKAP LANG OG STAFETT I VALNESFJORD 7. OG 8 SEPTEMBER,
skrevet 30.august, av Marit Johnsen

KM nærmer seg og påmeldingfristen for ordinær påmelding går ut allerede på mandag 2. september. Under NNM var det veldig god deltakelse fra B&OI og vi håper enda flere stiller opp på KM når ingen av oss må arrangere.

For aldersgruppen t.o.m 12 år er det individuelt løp begge dager. For 13 år og oppover er det stafett på søndag. Der er det kun en klasse, så gammel og ung, damer og herrer konkurrerer med eller mot hverandre. Hvert lag løper 4 etapper og det er ulike lengder på etappene. Lagene må oppfylle spesielle kombinasjoner av alder og kjønn.

Innbydelse finner du her: nook.no/info2013/InnbydelseKM.pdf

Påmelding til de individuelle løpene gjøres i Eventor:

Lørdagens løp: eventor.orientering.no/Events/Show/2368

Søndagens løp: eventor.orientering.no/Events/Show/3140

Idrettsutvalget melder på og setter opp lag til stafetten, men for å vite antall lag, må vi ha tilbakemelding på hvem som vil delta.

Meld deg på på forum: forum.bodo-orientering.no/phpbb2/viewtopic.php
eller til Marit J pr SMS 95886291 eller e-post innen mandag kl 20.00

RESULTATER FRA SALTENKARUSELLEN....

....ligger nå ute. Løpet gikk fra Hestmodalen i Humørmarka, det var krevende, gode og våte løyper.





NNM 2013 EN SUKSESS, skrevet av Torkel Irgens

Takk for en fantastisk o-helg i Bodø!

B&OI orientering er veldig godt fornøyd med gjennomføringen av årets NNM.

Takk til alle deltakerne som kom og gjorde dette til en strålende nordnorsk o-fest, fra Alta i nord og til Mosjøen i sør.

En solid TAKK til den flotte dugnadsgjengen. Dette var bra team-arbeid.

Torkel Irgens

Leder i Hovedkomiteen for NNM 2013

Lars Reitan

Løpsleder NNM 2013

SALTENKARUSELLEN 27.AUGUST, skrevet av Elin Irgens

Takk for strålende NNMDager med stor innsats av alle både i løypa og arrangement. Her er forberedelsene mot tirsdag startet og 7 poster satt ut. Mørkvedmarkakartet inneholder mye grønt og mye vått, mange tråkk og stier der noen er på kartet og noen ikke:-) Husk å melde deg på. Arena er ved fotballbanen i Hestmodalen, parkering 1: ved Bjørneborgen barnehage og gå ned bakken på baksiden. Det kan være fotballkamp der samtidig så bruk gjerne sykkel eller samkjør. Til fots/sykkel kommer du lettest frem gjennom Hekkåsflata, helt inn og forbi studentboligene innerst. Mulig noen parkplasser der, men mest privat. Velkommen!

ALT KLART TIL NNM 2013, skrevet 22.august 2013, av Arne Kristian Nordhei

Resultater og nyheter for NNM legges ut på <http://www.onnm.no/> fortløpende. I dag har startlister og PM kommet.

Første start er klokken 19:00 i morgen, og så går det slag i slag til stafettene avslutter det hele på søndag.

Vår stolte leder Torkel Irgens melder følgende:

Som klubbleder er jeg veldig imponert over den store dugnadsinnsatsen som er gjort med alle forberedelsene til NNM.

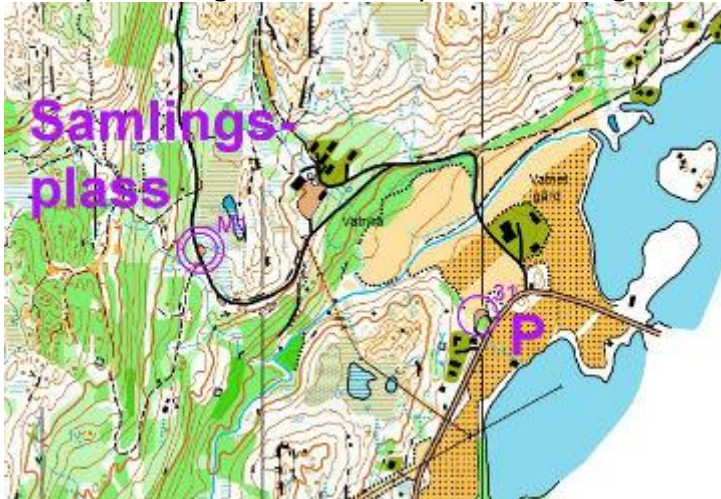
Med en så god værmelding blir dette en strålende o-fest for hele Nord-Norge. Lykke til!!

INGEN O-TEKNISK TRENING DENNE UKEN, skrevet 20.august av Marit Johnsen
Denne uken er hele idrettsutvalget sterkt engasjert med forberedelser til NNM til helga, så det blir ingen torsdagstrening denne uken.

SALTENKARUSELL VATNLIA 20.AUGUST, skrevet 18.august av Carl B. Bjørseth
Oppdatert: Nå er resultatene lagt ut under LØP OG RESULTATER.

Det vil denne gang ikke bli anledning til parkering oppe på leirskolen pga frie leirskoleaktiviteter utover ettermiddag/kveld. Parkering må derfor skje på parkeringsplassen nede ved Vatnet Gård. (Se kartutsnitt) Samlingsplass vil være på veien mot kvartsbruddet et par hundre meter forbi leirskola. Denne veien har bom så det er ikke verdt å prøve seg engang. Vi ses.

Husk påmelding i Eventor i løpet av mandag.



NNM NÆRMER SEG, INFORMASJON, skrevet 15.august 2013, av Torkel Irgens

Hei, alle klubbmedlemmer i B&OI orientering.

Det nærmer seg NNM her i Bodø, 23-25. aug. Dette kan bli en stor og flott o-fest som vi skaper sammen. Nordnorsken har lange tradisjoner, som et flott og viktig samlingspunkt for o-sporten i nordnorge. I år er det vår tur til å arrangere. Hovedkomiteen har gjort en stor innsats med å forberede og planlegge dette arrangementet, og vi er i god rute.

Vi vil med dette få informere alle klubbens medlemmer om følgende, i tillegg til det som allerede er lagt ut på NNM sin hjemmeside: www.onnm.no

Alle oppfordres til å delta.

Alle kubbens medlemmer oppfordres til å delta, påmelding skjer via eventor: www.eventor.orientering.no. Hvis du får problemer, ta kontakt med Marit Johnsen (958 86 291)

PÅMELDINGSFRIST FREDAG 16. AUGUST kl 23.59

Dette gjelder fredagens sprint ved Universitetet i Nordland, og lørdagens langdistanse i Heggmoen.

For søndagens stafett er Anders Kure den som koordinerer stafettlagene, alle som har lyst å løpe stafett sender en mail til Anders Kure med navn, alder og brikke nr: andeku@online.no. Stafett er mest gøy, når det er mange lag, og mye liv. Meld dere på!!

Også de som har sagt ja til å delta med dugnadsoppgaver, oppfordres til å løpe. Dette avklares med den enkelte funksjonsansvarlige. De som evt ikke skal løpe, oppfordres til å komme og heie, og være med på å skape fest-stemning.

Bankett

Tradisjonen tro blir det bankett og fest lørdag kveld, dette blir på Bodin vdg. Taco-buffe, kaffe og kaker kl 1800. Premieutdeling ca kl 1930. Vi ønsker at dette blir en stor fest for alle, derfor er alle klubbens barn, ungdommer og jr automatisk påmeldt! Det gjelder også alle som er registrert på dugnadslista. De som evt ikke skal delta på banketten, må melde seg av. Send en mail til bankettgeneral Elisabet Kongsbakk: elikon@vegvesen.no

Alle andre som har lyst til å være med på banketten, melder seg på til Elisabet.

Dugnad (klikk her foroppdatert dugnadsliste)

B&OI orientering er vel kjent for stor og god dugnadsinnsats. Sånn blir det under NNM også. Allerede nå har vi nærmere 40 stk på dugnadslista!! Men der er fortsatt noen arbeidsoppgaver som ikke er fordelt.

Vi trenger 10 postvakter til fredagens sprint - kontakt Anders Kure (995 18 742).

Vi trenger 2 nattevakter til innkvarteringen på Mørkvedmarka skole - kontakt Aviaja (976 16 760)

VI trenger noen flere til å hjelpe til i målområdet - utdeling av løperdrikke mm - kontakt Torkel (90 83 17 39)

Da er det bare å prikke inn toppformen til neste helg, følg med på hjemmesida for oppdatert info.

En siste, og viktig oppfordring: Har du o-venner et sted i nordnorge som ikke har meldt seg på enda, så ta en tlf og ønsk de velkommen til Bodø.

Med hilsen Torkel Irgens
Leder i B&OI orientering

Oppdatert: Resultater er nå lagt ut under Løp og resultater
Edit, noen bilder fra løpet.



Da nærmer hverdagen seg og tirsdag (13.august) starter saltenkarusellen opp igjen etter sommerferien, med løp ved Gjømmervatnet i Misvær. Samlingsplass vil være grustaket på veien mot vannet (var KM her for noen år tilbake), ta av mot Beiarn og deretter inn på grusvei like før bommen til Beiarfjellet. Blir det mye biler er det mulig å parkere til venstre på et åpent område like over grustaket. Kan også opplyse om at det er en selvbetjent bommstasjon hvor man enten legger fra seg 50,- eller tar sjansen på at det ikke blir kontrollert de timene man er der. Det blir litt lengre distanser, de vanlige 6,4,3 og 2 km er økt til ca. 7 km A-nivå, 5 km A-nivå, 3,6 km B-nivå og 2,2km C/N nivå (Merk at det ikke er en helt ren nybegynner løype dette fordi det er lite stier i området og holdepunktene på noen strekk blir myrer). Terrenget er helt fantastisk fjellbjørkeskog uten undervegetasjon og myrer med god utsikt til Lurfjelltinden. Er i tillegg meget gode muligheter for få i seg en multe eller to underveis, hvis man frykter de ekstra 15% på løypelengdene. Bilder fra terrenget (tatt under utsetting av poster på fredag)



mvh Petter Jakola

MØTE NNM's HOVEDKOMITE, skrevet 11.august av Torkel Irgens

Møtet holdes mandag 12 aug kl 1930 hos Aviaja.

HOVEDLØPET LANGDISTANSE, skrevet 4.august, av Marit Johnsen
(Bilder tatt av Torkel)

Resultatene fra dagens langdistanse ble ikke riktig så sterke som i går. Men Amund G i H14 løp sterkt og klatret ti plasser fra i går og kom på 16.plass. Nora i D14 lå lenge an til en veldig god plassering også i dag, men tidstap på slutten gjorde at hun falt litt nedover og havnet på 21.plass. Amund K løp igjen et bra løp og ble nr 27 i H15. Marius klatret flere plasser fra i går og ble nr 46 i H14. Martha og Oda ble hhv 34 og 35 i D16 og Espen nr 55 i H15.

For flestparten av løperne våre var dette første gang i Vestfoldterreng, et terreng som er ganske ulikt det vi har her i nord.



HOVEDLØPET SPRINT, skrevet 3.august, av Marit Johnsen

Oppdatert med bilder tatt av Torkel

Fra B&OI deltar 7 løpere på Hovedløp/O-landsleir i år. I dag ble HL sprinten gjennomført med flotte resultater for løperene fra Nordland. Nora Irgens debuterte i HL med et knallsterkt løp og ble nr 7 i D14. Fra Mo ble Even Johan Kaspersen nr 5 i H14 og Åshild Kolstad nr 10 i D16.

Også de andre løperne fra Bodø leverte bra resultater: Martha nr 20 i D16, Amund G. nr 26 i H14, Amund K nr 26 H15, Oda nr 33 i D16, Espen nr 40 i H15 og Marius nr 60 i H14.



Nora Even-Johan, Nora og Åshild Marius, Amund K og Espen

Det blir spennende å følge løperne i morgendagens langdistanse, vi ønsker dem lykke til.

I morgen kan løpet følges med liveresultater her:

www.liveresultater.no/livesider/livesenter.php

FØREBUING TIL HOVEDLØPET

Håvard har laga ein presentasjon om Hovedløpet i Sandefjord og løypeforslag til sprinten som alle som skal nedover bør ta ein titt på. Dokker finn dem her:

[Presentasjon](#)

[Løypeforslag](#)

O-TRENINGER UKE 31, skrevet 28.juli, av Marit Johnsen

Denne uken blir det to o-tekniske treninger, mest med tanke på å oppfriske o-teknikk

for de av Hovedløpsløperne som ikke har løpt så mye orientering de siste ukene. Men treningen er selvfølgelig åpen for alle.

Mandag 29. juli kl 19.00 fra Bestemorstua. Ordinær o-løype på Svartnessiden av veien.

Onsdag 31. juli kl 19.00 Fra Tverlandet u-skole. Sprintintervaller.

Meld deg på pr SMS til meg tlf 95886291 senest kl 15.00 den dagen treningen er.

O-RINGEN AVSLUTTET MED JAKTSTART, skrevet 27.juli, av Marit Johnsen

I går ble årets O-ringen avsluttet med jaktstart. Best utgangspunkt før start hadde Håvard med en 7. plass i H18E. I mål hadde han falt ned to plasser, men fullfører til en sterk 9.plass sammenlagt. Mange av Håvards konkurrenter er ett år eldre og av de norske ble han bare slått av Andreas Sølberg, som representerte Norge i junior VM tidligere i sommer.

Resultater for alle Bodøløperne kan ses her:

www.oringen.se/webdav/files/2013/Resultat/etapp5/klubb/total/index_763.html



En fornøyd Håvard etter jaktstarten sammen med noen av sine konkurrenter.

SOMMERTRENING, skrevet 23.juli, av Marit Johnsen



Ikke alle våre ungdommer er på O-ringen. Oda og Heidi hadde en felles o-teknisk trening på Festvågkartet i et strålende vær i dag.

I neste uke prøver vi å få til et par o-treninger i første del av uken. Da tenker vi på en skogsøkt og en sprinttrening. Nærmere informasjon kommer i løpet av uken.

O-RINGEN 2.dag, skrevet 22.juli, av Marit Johnsen
Oppdatert 23.juli med bilder fra Torkel.

Irene har sendt meg bilder av Kaja, Amund G og Espen fra innspurten i dagens løp i O-ringen.



Her finner du resultater for de to første dagene for våre løpere:
www.oringen.se/webdav/files/2013/Resultat/etapp2/Klubb/etapp/index_763.html
Mange flotte plasseringer for ungdommene våre. Aller best i dag var Håvard I, med en sterk 8. plass i H18E bare 1.40 min bak vinneren.

I morgen er det hviledag, før de 3 siste løpene som går onsdag, torsdag og fredag.

Bilder fra samlingsplass:



O-RINGEN BODEN, skrevet 21.juli, av Marit Johnsen

I dag gikk første etappe av årets O-ringen i Boden i Sverige. Startlistene viser ca 10 000 forhåndspåmeldte deltakere. Fra B&OI finner jeg 23 løpere på dagens resultatliste. Mange av disse deltar i O-ringen for første gang. For de som ønsker å følge med hvordan det går, så finnes resultatene via denne linken.

193.10.31.114/ola/Ajax.aspx

SØRLANDSGALOPPEN, skrevet 4.juli, av Marit Johnsen

I dag har 1. løp i årets Sørlandsgalopp gått av stabelen. Fra B&OI stiller i år familien Irgens og familien til undertegnede. Dagens løp var sprint, og Håvard slo til med 1. plass i H17-20 og Nora løp inn til en sterk 2. plass i D13-14.

Galoppen fortsetter i morgen med mellomdistanse.



Håvard passerer arena.



Nora på arenapassering.



Hedda og Lene klar til start.

SALTENKARUSELLEN 25.JUNI KÅLHUSKRYSET/FROSKTJERN, skrevet 23.juni, av Arne K Nordhei

Resultatene ligger nå ute.

Tirsdag er det klart for det siste løpet før sommerferien. Det er Saltenkarusell fra Kålhuskryset.

Husk forhåndspåmeldingen (dette gjør arbeidet etter løpet MYE lettere, så pleeeeeease!)

TO TING EN TORSDAG MORGEN, skrevet 20.juni 2013, av Arne K Nordhei

PÅMINNELSE TIL DE SOM SKAL TIL MIDNATTSGALOPPEN
395 påmeldte pr. nå til MG-13.

Mandag 1. Juli er fridagen under MG-13.

Vi har vert så heldig å få booket Anna Rogde til en 3 timers båt cruise fra kl 1800-2100.

Dette er en unik opplevelse vert å få med seg. En kan både nyte vakker utsikt på dekk ute i Harstads skjærgård eller trekke ned i byssa der det er «kafe bord» og servering av gratis kaffe og kaker (saft til barna).

Turen koster 200 kr,- pr. pers men for å få turen gjennomført må vi ha 30 påmeldte innen fredag 21/6.

Så langt er 11 påmeldt så nå har du sjansen til å få en sightseing tur. Prisen er en tilbudspris sammenlignet med det som tilbys ellers i dette matrkedet.

Mer info se hjemmesida til Fjord-o-13:

Evt. spørsmål kan rettes til:

Tommy Jenssen

En av Løpslederne MG-13 for
Harstad O-lag.

Mob. 99232248.

Mail:tominj@online.no

MISTEDE NØKLER:

Vi mistet en bilnøkkel til vår Citroën i Bodøsjøen under turorientering på lørdag den 15. juni. Finnerlønn! Vennligst kontakt 98625245.

2 MANNS-STAFETT, skrevet 16.juni av Anita Eriksen

Oppdatert: Resultatene er nå lagt ut under Løp og resultater i menyen til venstre:

Vel møtt til 2 manns stafett tirsdag på Skihytta ved Soløyvannet. Bjørn Tore Winter har laget 3 løyper a ca 1,2 km. Det blir ikke påmelding i Eventor- men meld gjerne lag eller ønske om lagkamerat på facebook eller på forumet før tirsdag.

En brikke pr lag og lagene oppfordres sammensatt etter PRI ånd - dvs alle lag kan vinne :-). De som ikke har lagkamerat får det før start.

Møt senest kl 18 - så satser vi på fellesstart kl 1815.

Det er også tilbud for **nybegynnere**.

SALTENKARUSELL 7 PÅ STRAUMEN 11. JUNI, skrive 5. juni av Jakob Kalvig Skogan
Resultata er no lagt ut, og oppdatert MED strekktider!

Løpet på Straumen er flytta frå Harelifjell (ved skolen) til Seljeåsen-kartet. Etter å ha tatt av frå E6 køyrer ein rett fram (ikkje til høgre og tilbake over E6) i ca. 600 m, tar til venstre mot "Djupvik" og køyrer ca. 2,5 km. IKKJE ta til venstre på nytt opp mot skianlegget, men fortsett rett fram. Det blir sjølvstøtt merka med skjermar frå avkøyringa ved E6.

Kart som viser ca. plassering av samlingsplass her: <http://goo.gl/maps/TV9dS>

Meir info på forumet.

Dagen før, mandag kl. 18, arrangerer også Valnesfjord ein rekrutteringssprint ved skolen på Vestmyra (Fauske). Det blir både kort N-løype og minst ei lengre løype for ungdom/vaksne og vi vil gjerne at B&OI-løparar blir med for å synleggjøre o-idretten i Salten, eller berre for å få ei trening. Les meir i forumet.

SALTENKARUSELL 4.JUNI FRA BESTEMORENGA, skrevet av Arne K Nordhei

Edit: resultatene ligger nå ute under "løp og resultater". Gi meg beskjed pr sms om dere finner noen feil (tlf 99637475).

Saltenkarusell nr 6 arrangeres i morgen 4.juni på Bestemorenga, med start fra klokken 18:00. Tradisjonsrikt terreng som har vært i en viss endring de siste årene. Husk forhåndspåmeldingen som stenger kl 18:00 i dag (mandag). Veldig kjekt om så mange som mulig forhåndspåmelder seg, det letter arrangørarbeidet veldig. Følg lenken: <http://eventor.orientering.no/Events/Show/2864>

Informasjon fra arrangør Aviaja Kleist:

Da er det klart for løp på kartet øst for Bestemorenga. Terrenget består av mye tett granskog, en del blandingsskog, myrer og mange stier/løyper. Mange av disse løypene er gamle skiløyper etter NM en gang i tida. Noen av disse begynner å gro litt igjen, slik at de ikke er så tydelige som det umiddelbart kan fremkomme av kartet. Det er også en del strømledninger/telefonledninger som ikke er merket i kartet. Det er elg i området. Noen av disse kan ha nyfødte kalver på denne tiden og løperne oppfordres til å trekke seg rolig tilbake hvis man møter elg som virker stresset eller aggressiv.

Samlingsplass og parkering ved Bestemorstua. Vennligst ikke parker på den lille p-plassen ved mål. Oppvarming rundt Bestemorstua, evt langs Soløyvannsveien. Veien til start er merket.

RESULTATENE LIGGER NÅ UTE, skrevet 29.05.2013, av Arne Kristian Nordhei

De ligger under "Løp og resultater" i menyen til venstre.

KM PÅ MO 14.-16.JUNI, skrevet 29.05.2013, av Elistabet Kongsbakk

Bli med på vårens vakreste klubbtur!

Les mer på [forumet hvordan](#) du melder deg på, hvordan reisen koordineres mm. (NB! Så raskt som mulig)

RESULTATER SALTENKARUSELLEN NR 5 HOPEN, skrevet 28.05.2013, av Arne K Nordhei

Det er trøbbel med kontakt mellom ny PC og MTR4-enheten (den som registrerer tidene ved målgang).

Det er en ny PC og den vil ikke laste ned drivere (kom gjerne med tips på mail til meg).

Dette betyr at resultatene denne gangen blir noe forsinket, jeg beklager det.

I mellomtiden kan dere jo [diskutere løypene i diskusjonsforumet](#). I forumet ligger også foreløpige resultater.



FINN FRAM-DAGEN I BODØSJØEN, skrevet 23.05.2013 av Torkel Irgens, oppdatert 27. mai av Jakob Kalvig Skogan

Onsdag 29. mai klokken 18:00 arrangerer B&OI orientering Finn Fram-dagen 2013 i Bodøsjøen. [Se invitasjonsplakaten her.](#)

Dette er en aktivitetsdag for hele familien, der alle kan få lære å bruke kart og kompass på en artig måte. Det er planlagt 2 ulike naturstier, foto-orientering, enkelt kurs i bruk av kart og kompass, treningsløype, og man kan ta 5 av årets tur-o poster som er lagt ut i Bodøsjøen-området. Det blir salg av tur-o posen.

O-gruppa planlegger å tenne opp en grill slik at det er mulig å ta med middagen hit, og med den flotte værmeldinga nå blir dette skikkelig bra. Velkommen!

Vi i B&OI Orientering håper vi treffer flest mulig denne onsdagen.

Til klubbens medlemmer:

Tur-o utvalget og styret tar hovedansvaret for denne dagen, men vi trenger at flest mulig blir med. Det er vanskelig å forutsi hvor mange som kan komme på et slikt arrangement, 20, 50, 100, 200 ..? Derfor oppfordrer vi alle i B&OI til å ta på o-jakka og bli med. Dette er en fin måte å synliggjøre o-sporten på, her i Bodø.

I tillegg er vi avhengig av at arrangementet blir gjort kjent, derfor oppfordrer vi alle til å informerer om arrangementet til venner og bekjente. Det kommer annonse i AN + forhåpentligvis et oppslag. Pressemelding er sendt.

Det er veldig greit å vite hvor mange av dere som kan være med, legg derfor gjerne inn svar på forumet, eller send svar på denne mailen (eller sms til Torkel 90831739)

Vi planlegger å tenne opp en grill, slik at det er mulig å ta med middagen hit. Dette blir bra! Håper vi sees

SALTENKARUSELL NR 5; HOPEN, skrevet 27.05.2013, av Arne Kristian Nordhei

Husk forhåndspåmeldingen i Eventor! Hvorfor forhåndspåmelding?

Årets femte SK arrangeres i Hopen/Vatn-vatnet. Været er fantastisk, sola skinner og skogen er nyutsprunget - det er ingen grunn til ikke å være med på dette. Og dagen etterpå er det Finn Fram-dagen (se over).

OVERSIKT OVER TRENINGER FOR 13 ÅR OG ELDRE, skrevet 21.05.2013, av Marit Johnsen

Det er nå lagt ut oversikt over treninger fram til skoleferien under Treninger i menyen til venstre.

Treningen er normalt på torsdag kl 18.00, men på grunn av to helger med løp fredag, lørdag og søndag velger vi å flytte treningen til onsdag i uke 24 og 25. Oppmøtested varierer fra gang til gang.

Innhold i treningen vil bli oppdatert etterhvert.

RESULTATER SALTENKARUSELL 4 KÅLHUSKRYSSET, skrevet 21.05.2013, av Marit Johnsen

Resultatene er lagt ut, klikk på Løp og resultater i menyen til venstre.

Hele 81 løpere stilte til start i dag, det er rekord for året.

RESULTATER SALTENKARUSELL 3 PÅ NAURSTADEIDET, skrevet 16.06.2013 av Jakob Kalvig Skogan

Resultata ligg under Løp og resultater i menyen til venstre.

Til neste løp på tirsdag: Det gjør jobben mye enklere for både løpsleder og resultatansvarlig viss flest mulig forhåndspåmelder seg gjennom Eventor [her](#), så gjør det! Frist mandag kl 18. De som ikke har Eventor-bruker kan kontakte Marit Johnsen: 95886291.

RESULTATER SALTENKARUSELL 2 MASKINISTEN, skrevet 14.05.2013, av Marit Johnsen

Resultatene er lagt ut, klikk på Løp og resultater i menyen til venstre.

17.MAI, skrevet av Torkel Irgens

B&OI I BORGERTOGET



B&OI Turn er påmeldt til
Borgertoget 17. mai og skal gå på plass 33.

Hvis noen fra B&OI Orientering har lyst til å
gå sammen med oss vil det være veldig
hyggelig. Det er bare å møte opp ved



Bankgata i god tid
før avgang kl.
16.00. Ha på B&OI-
drakt, bunad eller
hva dere har mest
lyst til.



SALTENKARUSELL nr.2 i Maskinisten, skrevet 12.05 av Arild Hegreberg

FORHÅNDSPÅMELDING EVENTOR

Årets andre Saltenkarusell fra Maskinisten 14.mai fra kl.18. Denne gangen med standard utvalg av løyper, dvs også 6km. Mål blir denne gangen nede ved parkeringsplassen. Start for alle løyper unntatt N-løypa et stykke oppover langs veien til Keiservarden. Start N-løypa ca 100m fra mål. Terrenget er så og si helt snøfritt.

ÅRETS FØRSTE SALTENKARUSELL, skrevet 08.05.2013, av Arne Kristian Nordhei

Fredag er det klart for årets første Saltenkarusell-løp, med oppmøte ved Saltstraumen skole. Første start fra klokken 18:00. Løypelegger er Torkel Irgens, mens Jens Viggo Limstrand er løpsleder. Husk forhåndspåmeldingen i Eventor, frist torsdag kl 18:00. Selv om det er mulig å melde seg på ved oppmøte letter dette arbeidet for arrangøren. Det er meldt knallvær!

Oppdatering ved Frode Ikdahl: resultatene ligger nå ute, klikk på Løp og Resultater i menyen til venstre.

RESULTATER SALTENSPRINT nr 2 STØVER, skrevet 07.05.2013 av Marit Johnsen

Resultater fra dagens Saltensprint er nå lagt ut på siden LØP OG RESULTATER, se menyen til venstre.

Husk forhåndspåmeldingen! Neste løp er allerede førstkommande fredag!

STEMNINGSRAPPORT FRA PAKKEDUGNADEN, skrevet 06.05.2013 av Torkel Irgens

1300 turorienteringsposer pakket på 2 timer, snart er sesongen i gang! Under er noen bilder fra dugnaden.



Eventor

Norsk Orienterings sentrale IT-system

SALTENSPRINT NR 2 STØVER SKOLE, skrevet 06.05.2013 av Arne Kristian Nordhei

I morgen er det klart for årets andre sprintløp, denne gangen med start fra Støver skole.

HUSK forhåndspåmeldingen via Eventor, denne stenger 18:00 i ettermiddag (man kan også melde seg på ved oppmøte, men forhåndspåmelding hjelper arrangøren i tillegg til at du slipper å stå i kø ved oppmøte).

REVIDERT TERMINLISTE og litt mer, skrevet 06.05.2013 av Arne Kristian Nordhei

REVIDERT TERMINLISTE (gyldig fra 6.mai). Melding fra Arild: Nå blir det neppe flere endringer på pga å snøen. Slett den gamle!

Annet: i dag er det pakkedugnad på Bodin videregående skole fra klokken 18:00. Turorienteringskomiteen håper på mye god hjelp.

Og fra Aviaja har jeg fått tilsendt referat fra klubbkvelden vi hadde 25.april. [Les mer her](#).

TRENING, skrevet 02.05.2013 av Marit Johnsen



I flott vårvær var det hele 21 løpere som kom på trening fra Østbyen skole i dag. Da bildet ble tatt etter treningen, var 5 allerede på vei hjem.

Søndag 5.mai lager jeg en ekstra o-teknisk treningsøkt fra Museumet i Saltstraumen. Oppmøte kl 11.00. Det ser ut til å være lite snø i terrenget, så det bør være

gode forhold for en litt lengre runde. Det blir ikke hengt ut poster, og ikke lagt opp til spesiell oppfølging av løperne i terrenget, så økta passer nok best for de fra 15 år og oppover.

Send meg en SMS på tlf 95886291 innen lørdag kl 16.00 hvis du blir med, så får jeg printet kart med passe vanskelighetsgrad til de som kommer.

GLADMELDING: 2 O-LØP I UKE 19 ! skrevet 2.5 av Arild Hegreberg

Selv om temperaturen er lav for tiden så smelter det snø i skogen. Fullt trøkk neste uke med sprintløp fra Støver skole tirsdag 7.mai og karusell-løp ved Saltstraumen fredag 10.mai. Begge dager kl.18. Tverlandets o-løp settes opp senere. Mer info om dette kommer.

SESONGÅPNING BREMNES, skrevet 30.04.2013, av Marit Johnsen



Dagens resultater er nå lagt ut under Løp og resultater.

Hele 63 løpere deltok på årets første løp. Spesielt artig å se at flere av våre ferske rekrutter som deltok på sin første rekrutt trening i går, også deltok på løpet i dag. Noen av dem var så ivrige at de sprang gjennom kortløypa flere ganger.

Martha og Heidi diskuterer dagens løype.

FART MED KART, ET SIKKERT VÅRTEGN, skrevet 30.04.13, av Torkel Irgens.

Der er et sikkert vårtegn når rekruttreningen starter opp på Mørkvedmarka skole, mandager kl 1800. Det er en flott gjeng, og det var mange nye. Velkommen til alle!

Det er fortsatt mulig å bli med, ta kontakt med Bjørn Tore Winter på 95204280



LOKAL SESONGSTART 30.04 BREMNES, skrevet 28.04.2013, av Marit Johnsen

Tirsdag er det klart for sesongens første postjakt i skogen på Bremnes. Nytt i år er at vi har lagt inn løpene som nær-løp i terminlistesystemet Eventor og vi oppfordrer flest mulig til å forhåndspåmelde seg der. Forhåndspåmeldingen er åpen til dagen før løpet kl. 18.00. Det vil fortsatt være mulig å melde seg på ved oppmøte og fri startid vil fortsatt praktiseres. De som er forhåndspåmeldt kan gå rett til start, hvor de sørger for å bli krysset av når de starter.

UNGDOMSSAMLING PÅ REIPÅ 10.-12.MAI, skrevet 28.04.2013, av Marit Johnsen
Vi håper at flest mulig av våre ungdommer fra 13 år og oppover blir med på kretsens ungdomssamlingen. Kretsen og klubben dekker kostnadene, så det er ingen deltakeravgift for deltakerne. Innbydelse og link til påmelding i Eventor finnes her: www.nook.no/ Påmeldingsfrist er mandag 6.mai. Ta kontakt med meg på tlf 95886291 hvis du får problemer med påmelding i Eventor.

REFERAT FRA MEDLEMSMØTE, skrevet 26.04.13, av Arne Kristian Nordhei
I går inviterte styret til medlemsmøte. Her ble det informert om en rekke viktige saker. Under er det listet noen hovedpunkter, mer informasjon vil komme om disse temaene senere:

- Vi har blitt tildelt NM-uka 2016. Morten Selnes informerte om profilen rundt det vil vil kalle **Salten 4-dagers**. Stikkord: Bodø 200 år, hele Saltenregionen, miljø, folkehelse. Løpene er tenkt arrangert i Klungsetmarka og Straumøya. Distanser er mellomdistanse, langdistanse og stafett (torsdag-søndag), både junior og senior. Vi antar rundt 600 deltakere og totalt ca 1400 starter. Videre planlegging er lagt litt på vent ennå, vi skal arrangere NNM 2013 først.
- B&OI orientering skal arrangere NNM i 2013 (23.-25. august). Torkel informerte litt om fremdriften og hvor vi er. En stor utfordring er å få mange nok deltakere til Bodø, og at vi må tenke litt på profilering. Inviter gjerne venner og bekjente personlig. Neste møte er 13.mai, mer info om dette kommer.
- Idrettsutvalget ved Marit J informerte litt om løpene og satsningen i år. Det vil snart komme mer informasjon om planene snart. Viktig å huske på er at vi i år skal prøve å kjøre forhåndspåmelding til tirsdagsløpene via Eventor for å lette arbeidet med å arrangere. Gå inn på Eventor (se snarvei øverst på siden), velg område "Nordland" og meld deg på løpet. Det blir satt påmeldingsfrist dagen før. Det vil fremdeles være mulig å melde seg på ved oppmøte. Husk; bruk hjemmesiden, diskusjonsforumet og vår facebookside aktivt, her vil all informasjon legges ut.
- Dugnadsdato for pakking av tur-o posere er 6.mai kl 18:00 (Bodin vg)
- Viktig arrangement: FINN-FRAM-DAGEN, arrangeres onsdag 29.mai. Her trengs det mye hjelp fra medlemmene, så sett av dagen.

SESONGSTART, skrevet 22.04.13, av Arild Hegreberg
Endelig sesongstart: Årets første o-løp blir på Bremnes 30.4 kl.18. Det blir flere endringer i terminlista de nærmeste ukene med 2 løp i uka.

Revidert plan blir lagt ut om kort tid. Så følg med....

INVITASJON TIL KLUBBKVELD, skrevet 22.04.2013, av Torkel Irgens
Styret i B&OI orientering inviterer til klubbkveld på Bodin førstkommande torsdag 25. april kl 1930.

Vi vil gjerne få invitere til en hyggelig kveld (med pizza) der vi informerer om NM uka 2016, NNM i Bodø 2013, årets o-sesong, Finn Frem dagen onsdag 29. mai i Bodøsjøen, tur-o og andre aktuelle saker.

I tillegg vil vi følge opp tema fra Norsk orientering sin rekrutteringsturne i januar.

Påmelding på forumet, eller direkte til Torkel Irgens (torkel42@gmail.com) / mobil 90831739

På forhånd takk.
Torkel

NY UTSETTELSE AV O-LØP, skrevet 19.04.2013, av Arne Kristian Nordhei
Også det andre løpet i år utsettes (ny dato kommer senere). Dette skyldes snøen som ikke smelter raskt nok.

ETTERLYSNING TURO-TENGER, skrevet 18.04.2013, av Per Dalhaug

Har noen klippetenger (Tur-O) liggende må jeg få disse levert snarest!!!!

mOtime, TIDTAKERKURS, skrevet 15.04.2013, av Arne Kristian Nordhei

Møt opp ved hovedinngangen, dvs østsiden møt Mørkvedlia idrettspark. Start 18:00.

Vi er sårbare her i Bodø, det er egentlig bare en av oss som kan bruken av tidtakerprogrammet mOtime skikkelig. Og som unge voksne flest, hvem vet hvor lenge han er i byen. Derfor må vi være flere som kan bruke programmet. Jakob vil holde kurs i tidtakning førstekommande mandag 15.april klokken 18:00 på Bodin Videregående skole. Flere har meldt at de ønsker å være med, men ikke veldig mange. Dvs at det er plass til mange flere. Gi beskjed om du kommer, enten på sms til Arne Kristian (99637475), i forumet eller på innlegget på B&OI orienterings facebookside.

TRENING TIRSDAG 16.APRIL, skrevet av Marit Johnsen

Sesongstarten på tirsdag måtte utsettes. Vi fortsetter derfor med trening fra Mørkvedmarka skole kl 18.00. På uttreningen denne gangen lager jeg et o-opplegg ute med flere sprintsøyfer. Passer for alle fra 13 år og oppover. Blir innetrening som vanlig etterpå. For å kunne tilpasse antall kart ber jeg dere melde dere på facebook, på diskusjonsforum eller pr SMS til meg tlf 95886291 innen tirsdag kl 16.00.

SALTENSPRINTEN UTSATT, skrevet 12.04.13, av Arild Hegreberg

Saltensprinten på Bremnes førstkomende tirsdag må utsettes pga snø. Vi kommer tilbake med mer info senere om når løpet vil bli arrangert.

NM-UKA 2016 TIL BODØ, skrevet 12.04.2013 av Jakob Kalvig Skogan

I dag blei det klart at B&OI er tildelt NM-uka i orientering i 2016. Arrangementet går over 4 dager med NM langdistanse (jr./sr.), mellomdistanse (jr./sr.) og stafett (sr.) og i tillegg blir det publikumsløp. Arenaane blir Klungsetmarka på Fauske (lang) og Straumøya ved Saltstraumen (mellom/stafett). Vi i B&OI gleder oss stort til å invitere noregselita opp hit hausten 2016!

Artikkelen på orientering.no kan lesast [her](#).



SALTENSPRINTEN UTSATT, skrevet 12.04.13, av Arild Hegreberg

Saltensprinten på Bremnes førstkomende tirsdag må utsettes pga snø. Vi kommer tilbake med mer info senere om når løpet vil bli arrangert.

B&OIs TURORIENTERING PÅ FACEBOOK, skrevet 11.04.13, av Arne Kristian Nordhei



Turo-komiteen har opprettet egen facebookgruppe for turorientering i Bodø, og de håper mange trykker "liker" på gruppa.

NM 2016, skrevet 10.04.13 av Torkel Irgens

Da er det klart! **B&OI orientering er tildelt NM uka 2016.** Vi kommer tilbake med mer informasjon senere.

TIDTAKERKURS 15.APRIL, skrevet 05.04.13 av Arne K Nordhei

Mandag 15.april planlegger vi å arrangere et kurs i bruk av programmet mOtime, det som vi bruker for å ta tida på løperne, samt generere resultatlister. Vi håper mange ønsker å delta, hvis vi blir få blir vi veldig sårbare som klubb.

Meld din interesse i forumet, eller send en sms til Arne Kristian (99637475).

TERMINLISTE 2013, skrevet 27.03.13, av Arild Hegreberg

Last ned terminlista her. (Ikke gjort tilgjengelig før 2.april pga websjefens påskeferie)

VAKTLISTE APRIL-JUNI 2013, skrevet 22.mars 2013, av Åge Mohus

Ny

ÅRSMØTE ALLIANSELAGET ONSDAG 3. APRIL KL 20:30

Det blir årsmøte på B&OI-klubbhuset i Tennisveien 3. april. Saker må være innsendt senest 20. mars. Se innkalling her.

KONTINGENT B&OI ORIENTERING 2013, skrevet 7.mars 2013, av Frode Ikdahl

Kontingent er forfalt og bes betalt til

B&OI orientering
Postboks 251
8001 Bodø
konto 0530 41 86862.

Klikk her for

MIDNATTSOLGALOPPEN/FJORD-O, skrevet 22.februar 2013

Første rabatterte påmeldingsfrist til årets midnattssolgalopp er 1 mars. Se info på hjemmesida til MG. www.fjord-o.no/2013

De fra B&OI som planlegger å dra på MG, kan gjerne fortelle om det på forumet og evt på facebookside, alltid hyggelig å reise flere, oppfordrer Torkel Irgens.

PANNEBÅND, skrevet 18.februar 2013, av Torkel Irgens

Vi ønsker å vite hvor mange som er interesserte i å kjøpe det nye pannebåndet, se design i denne pdf-filen. Det koster 150 kroner. Vi ønsker å bestille etter vinterferien. Gi beskjed til Torkel enten på mail/sms, eller i en beskjed på forumet.

DAGENS KVADRUPPEL, skrevet 13.februar 2013, av websjefen
Websjefen har fått følgende inn de siste dagene;

1. Nøkler til Hammarlibua: Det har etterhvert blitt ganske mange som har ordnet egne nøkler til bua. Les matrialforvalterens oppfordring her.
 2. Det er nå klart for påmelding til Midnattssolgaloppen. Vær oppmerksom på at påmeldingen er billigere om man gjør dette før 1.mars. Se mer på hjemmesiden til MG: <http://fjord-o.no/2013> (Sørreisa og Harstad)
 3. Snart kommer det tilbud på pannebånd. Flere har spurt om dette i samme design som luene, og vi har fått tilbud fra Trimtex. Torkel tar med prøver på trening når har får disse.
 4. B&OI orientering har egen facebookside. I går la Håvard Irgens ut video fra et sprintløp i fjor med hint og tips til hvordan jobber og tenker under et løp. Vel verdt en titt!!!
-

NM 2016-SØKNAD, STATUS, skrevet 5.februar, av Torkel Irgens og Morten Selnes
Da har B&OI orientering søkt om å få arrangere NM uka i 2016, med arbeidstittel:

Salten 4-dagers.

Forbundet har bekreftet å ha mottatt søknaden, og at dette er en sterk søknad. Pr i dag er det ingen andre som har søkt. Fristen er 31. mars.

Svar på søknaden kommer i løpet av april.

OPPDATERING OG FORNYING AV KARTSIDENE, 1.februar 2013, av Carl B. Bjørseth

Kartsidene er under omarbeiding. Dette er en konsekvens av kartutviklingen generelt fra kart lagret i papirformat og til elektronisk lagret kart, men ikke minst initiert av det prosjektet som ble vedtatt på årsmøtet vårt i 2011 (DA-prosjektet). Målet med dette prosjektet er å samle kartene vi har i Bodømarka fra Rønvikfjellet og til Heggmoen i en sammenhengende kartdatabase og legge til rette for fri nedlasting av disse.

Det er flere aktiviteter i DA-prosjektet som nå går parallelt og der virkningene etter hvert vil fanges opp i og påvirke arbeidet med kartsidene. Litt prøving og feiling og litt fram og tilbake på kartsidene vil dere derfor oppleve. Nå er det vinter og ikke så stor bruk for kart så dette kan vi godt leve med, og ikke minst gir det mulighet for innspill fra medlemmene.

På årsmøtet sist mandag ble kartplanen etterlyst. Den finner dere under Kart/Kartplan (se meny øverst på siden).

(Kommentar fra websjefen: dette har vært tilgjengelig på nettsidene lenge, så at det ble etterlyst på Årsmøtet tyder muligens på at mange bare kikker innom forsiden for å se om det er noe nytt. Derfor kan det hende at det kommer en og annen nyhet av og til som skal hjelpe til å navigere til informasjon som ligger på hjemmesiden).

OPPDATERINGER I ETTERKANT AV ÅRSMØTET, 30.januar 2013, av Arne Kristian Nordhei

Det er litt travelt for tiden så hjemmesiden er ikke helt oppdatert med tanke på endringer som skjedde i forbindelse med Årsmøtet. Oppdateringer vil skje gradvis, og vil annonseres her på forsiden hvis det er endringer av en viss størrelse. Her kommer noen:

- Vi ønsker alle det nye styret lykke til (rettelse): Torkel Irgens (leder), Morten Selnes (nestleder), Irene Skiri (medlem) og Aviaja Kleist (medlem). Andre utvalg og funksjonsansvarlige vil oppdateres senere.
- Årsmøtet vedtok at B&OI skal søke på NM 2016. Foreløpig søknad ligger her.
- Vi har fått ny lagslov. Denne ligger under Lagshåndboka.

INNKALLING TIL ÅRSMØTE 28.JANUAR, skrevet 21.januar 2013, av leder Torkel Irgens

Last ned innkallingen som pdf-fil.

Websjefen har vært på jobbreise, så Årsmeldingen kom litt sent ut.

RESULTAT VINTERLØP, skrive 8. januar av Jakob Kalvig Skogan

I samband med kretsting og rekrutteringssamling i helga blei det arrangert både innandørsløp på universitetet (laurdag) og gatesprint i Østbyen/Rensåsen. Her er resultata:

Innandørs UiN og Sprint Østbyen/Rensåsen.