



# Jahresprogramm 2010

(Stand 8.12.2009)


## Vereinsanlässe

Fr 1. Januar	Neujahrswaggel	13 Uhr Bahnhofskiosk Aarau
Sa 6. März	Auftakttraining	13.30 Uhr Holzschopf Buerw.
<b>So 14. März</b>	<b>39. Suhrentaler-OL im Suhrhard</b>	<b>Rupperswil</b>
Mo 19.- Sa 24. April	Ferienkurs	Rund um Suhr
So 2. Mai	Clubmeisterschafts-Tag	Ismael Röthlisberger + Co.
<b>22. - 24. Mai</b>	<b>PFILA</b>	<b>Seelisberg</b>
Di 22. Juni	Aargauer Scool-Cup	Brugg - Scheibenschachen
So 4. Juli	54. Schweizer Fünferstaffel	Wangenerwald
<b>So 15. August</b>	<b>40. Sie&amp;Er-Schüler-OL</b>	<b>Aarau</b>
Sa 6. November	Arbeits-(Planungs)-Tagung	kath. Pfarrreizezentrum Suhr
Sa 4. Dezember	Generalversammlung	Waldhaus Gränichen

## Vereinsweekends 2010

12./13. Juni	Nat. Weekend Jura	Lamoura
21./22. August	Nat. Weekend (2 Meisterschaften)	Savognin
4./5. September	Nat. Weekend (MOM+ Nat.OL)	Rüscheegg-Heubach

## Tannliflitzer-Termine

Mi 20. Januar	Badminton-Turnier	Turnhalle Feld
So 21. März	Besuch Sportpanorama SF1	Zürich-Leutschenbach
So 16. Mai	Spezialtraining	Gönhard
Sa 5. Juni	Spezialtraining	Distelberg
Sa 28. August	Velotour	
<b>25./26. September</b>	<b>Tannliflitzer-Weekend</b>	
<b>4. - 9. Oktober</b>	<b>Herbstlager Suhr/Rymenzburg</b>	
So 21. November	Unihockeyturnier	

## Wintertraining OLG Suhr (in Klammern Startzeit)

jeden Dienstag und Mittwoch	Hallentraining (18.15 - 20 Uhr)	Turnhalle Feld, Suhr
jeden Mittwoch	Lauftraining (ausser an Suhr-by-Night-Tagen)	18:00 Uhr Turnhalle Feld
Sa 19. Dezember	Longjogg Richtung Rütihof	13:30 Uhr bei Marcel Quidort
Sa 2. Januar	Longjogg Richtung Safenwil	13:30 Uhr bei Wiederkehers
Mi 13. Januar	Suhr by Night Nr. 16	18:00 Uhr, Rohr
So 14. Februar	Longjogg Richtung Gehren-Egg	13:30 Uhr bei Michi Schilling
Mi 17. Februar	Suhr by Night Nr. 17	18:00 Uhr Turnhalle Feld

## Sommertraining OLG Suhr

jeden Mittwoch ab 3. März,	Start 17.00 - 18.30 Uhr; speziell:	
Mi 30. Juni	13. Ruedi-Wassmer-OL mit Brätle	Waldhaus Muhen



# OL-Saison 2010

(Stand 8.12.2009)



## OL im Aargau - Läufe der Schüler- und Jugendmeisterschaft

<b>So 14. März</b>	<b>*1</b>	<b>39. Suhrentaler-OL</b>	<b>Suhrhard</b>
Sa 27. März	2	Bussola-Schüler-OL	Maiholz
Mo 5. April	*3	38. Rymenzburger-OL	Santenberg
Sa 10. April	*4	56. Badener-Kreis-OL	Unterswald-Bezau
Sa 17. April	*5	Wiggertaler-OL	Chilchberg
Sa 24. April	6	Seetaler-Schüler-OL	Wampfle-Homberg
So 9. Mai	*7	31. Fricktaler-Einzel-OL	Stadt Rheinfelden
<b>So 15. August</b>	<b>8</b>	<b>40. Sie&amp;Er-Schüler-OL</b>	<b>Aarau</b>
Sa 25. September	*9	7. bussola-OL	Linnerberg Grund
So 17. Oktober	*10	63. Zurzacher OL	?
<b>Sa 30. Oktober</b>	<b>11</b>	<b>ASJM-Final (Cordoba)</b>	Iberg-Riniken

## Nationale OL und Meisterschaften (Anmeldeschluss nicht verpassen!)

So 17. Januar	**1	Nat.OL - OLG Pfäffikon	Uster (Stadt-OL)
<b>Sa 20. März</b>	<b>NOM</b>	<b>41. Nacht-OL-M. - OLK Argus</b>	Lenzburg/Lütisbuech
So 28. März	**2	Nat.OL - OLG Stäfa	Chomberg (ZH)
Sa 12. Juni	**3	Nat.OL - ol norska/O-Jura	Lamoura (franz.Jura)
<b>So 13. Juni</b>	<b>SOM</b>	<b>43. Staffel-Meisterschaft</b>	Lamoura (franz.Jura)
<b>Sa 21. August</b>	<b>SPM</b>	<b>8. Sprint-Meisterschaft</b>	Tignas - Savognin
<b>So 22. August</b>	<b>LOM</b>	<b>62. Langdistanz-Meisterschaft</b>	Got Grond
<b>Sa 4. September</b>	<b>MOM</b>	<b>16. Mitteldistanz-Meisterschaft</b>	Längeneywald
So 5. September	**4	Nat.OL - OLG Bern	Scheidwald (Gurnigel)
Sa 2. Oktober	**5	Nat.OL - Weekend OLG Galgenen	Einsiedeln Dorf
So 3. Oktober	**6	Nat.OL - Weekend OLG Galgenen	Höhronen Ost
Sa 9. Oktober	**7	Nat.OL am Weltcup-Final	St-Cergue (VD)
So 10. Oktober	**8	Nat.OL am Weltcup-Final	Stadt Genf
<b>So 7. November</b>	<b>TOM</b>	<b>65. Team-Meist - OLK Fricktal</b>	Sunneberg-Schöneberg

## besondere OL, Staffeln, Bike- und Ski-O

Di 29. Dezember	Ski-O-Meisterschaften Lang	Glurigen
Sa 9. Januar	Ski-O-Meisterschaften Kurz	Davos
So 24. Januar	34. Treslag-Staffel	Siggenberg-West
Sa 27. Februar	3. Aargauer Giga-OL	rund um Safenwil
Do 13. Mai	Jura-3-er-Staffel	?
<b>So 4. Juli</b>	<b>54. Fünferstaffel</b>	<b>Wangenerwald (ZH)</b>
<b>1. - 7. August</b>	<b>Senioren-WM (WMOC)</b>	<b>Neuchâtel/Jura</b>
Fr 17. September	Argus-Nachtstaffel	Wampfle-Homberg
18./19. September	Schweizer Jugend-Cup	Tessin (So: Airolo)
Sa 13. November	Swiss-O-Gala	Stadttheater Olten