

## Sesongplan 2016 Senior

November	Desember	Januar	Februar	Mars	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November
1. S	1. T	1. F	1. M	5	1. T	1. F Sverige	1. O	1. F	1. M	1. T	1. L	1. T
2. M	2. O	2. L	2. T	2. O	2. L Strømstad	2. M Worldcup	2. T	2. L	2. T Ungarn	2. F	2. S	2. O
3. T	3. T	3. S	3. O	3. T	3. S	3. T	3. F	3. S	3. O	3. L	3. M	3. T
4. O	4. F	4. M	4. T	4. F Sprint samling	4. M	4. O Samling	4. L	4. M	4. T	4. S	4. T	4. F
5. T	5. L	5. T	5. F	5. L i Oslo	5. T Elite og	5. T Tsjekkia	5. S	5. T	5. F Samling	5. M	5. O Elite og	5. L
6. F	6. S	6. O	6. L	6. S	6. O Sprint og	6. F Uttak	6. M	6. O	6. L Strømstad	6. T	6. T uttak	6. S
7. L	7. M	7. T	7. S	7. M	7. T Hospitant	7. L NM sprint	7. T	7. T	7. S	7. O	7. F Estland	7. M
8. S	8. T	8. F	8. M	6	8. F Trondheim	8. S Sprint stafett	8. O	8. F	8. M	8. T	8. L 25 manna	8. T
9. M	9. O	9. L	9. T	9. O Elite og	9. F Sprint Camp	9. M	9. T	9. L	9. T Vm laget	9. F NM-uka	9. S	9. O
10. T	10. T	10. S	10. O	10. T Hospitant	10. S	10. T	10. F	10. S	10. O	10. L Bodø	10. M	10. T
11. O	11. F	11. M	11. T	11. F	11. M	11. O	11. L Camp Stokke	11. M	11. T	11. S	11. T	11. F Opstart
12. T	12. L Østfold	12. T	12. F	12. L Danmark	12. T	12. T	12. S Vestfold	12. T	12. F Night Hawk	12. M	12. O	12. L 2017
13. F Opstart	13. S WOC helg	13. O Elite og	13. L	13. S	13. O	13. F	13. M	13. O	13. L Night Hawk	13. T	13. T Sveits	13. S
14. L 20016	14. M	14. T Hospitanter	14. S	14. M	14. T	14. L TIOmila	14. T	14. T Sprint	14. S WRE mellom	14. O	14. F Wcup	14. M
15. S Oslo	15. T	15. F	15. M	7	15. F	15. S Falun	15. O	15. F Mellom	15. M	15. T	15. L Wcup	15. T Oslo
16. M	16. O	16. L Spania	16. T	16. O	16. L	16. M 2.pinsedag	16. T	16. L VM test	16. T	16. F	16. S Wcup	16. O Elite
17. T Elite	17. T	17. S Barbate	17. O	17. T	17. S	17. T	17. F	17. S Lang	17. O	17. L	17. M	17. T
18. O	18. F	18. M	18. T	18. F	18	18. O	18. L Jukola	18. M	18. T	18. S	18. T	18. F
19. T	19. L	19. T	19. F	19. L	19. T	19. T	19. T	19. T	19. F	19. M	19. O	19. L
20. F	20. S	20. O	20. L	20. S	20. O	20. F	20. M	20. O	20. L	20. T	20. T	20. S
21. L	21. M	21. T	21. S	21. M	21. T	21. L	21. T	21. T	21. S	21. O	21. F	21. M
22. S	22. T	22. F Halden	22. M	8	22. T	22. F Sprint	22. O	22. F	22. M	22. T Rogaland	22. L NM ultra	22. T
23. M	23. O	23. L Sprint og	23. T	23. O	23. L Mellom	23. M	23. T	23. L	23. T VM	23. F NM natt	23. S Blodslitet	23. O
24. T	24. T Juledag	24. S WOC helg	24. O	24. T	24. S Lang	24. T EM senior	24. F O-Festival	24. S	24. O Sverige	24. L NC/O-idol	24. M	24. T
25. O	25. F Juledag	25. M	25. T	25. F	25. M	25. O Jesenik	25. L Sarpsborg	25. M	25. T	25. S NM jr stafett	25. T	25. F
26. T	26. F	26. T	26. F	26. L	26. T	26. T Tsjekkia	26. S	26. T O-ringen	26. F	26. M	26. O	26. L
27. F	27. S	27. O	27. L	27. S 1.påskedag	27. O	27. F	27. M	27. O Salen	27. L	27. T	27. T	27. S
28. L Sprint oppstart	28. M	28. T	28. S	28. M	28. T	28. L	28. T	28. T	28. S	28. O	28. F	28. M
29. S	29. T	29. F	29. M	9	29. T	29. F Polen	29. O	29. F	29. M	29. T	29. L	29. T
30. M	30. O	30. L	30. T	30. O	30. L Worldcup	30. M	30. T	30. L Student VM	30. T	30. F	30. S	30. O
31. T	31. T	31. S	31. T	31. T	31. T	31. T	31. T	31. S	31. O	31. M	44	31. T

Endelig Utgave 3/11 2015

Fargekoder:

Internasjonalt	Samling	Nasjonalt	Region	Klubb	Sprint	Annet
Høyøkt	Avlastning					