

## Sesongplan skisse 2021 mal

Januar	Februar	Mars	April	Mai	Juni	Juli	August	September	Oktober	November	Desember
1 F	1 M 5	M 9	1 T	1 L TIOMila	1 T Samlingsperiode	1 T	1 S	1 O	1 F Worldcup	1 M 44	1
2 L	2 T	T Tsjekkia	2 F Påskeløp	2 S TIOMila	2 O Tsjekkia	2 F Tjekkia	2 M 31	2 T	2 L Italia	2 T	2
3 S	3 O	O (A-lag)	3 L Påskeløp	3 M 18	3 T	3 L	3 T	3 F	3 S	3 O	3
4 M 1	4 T	T	4 S Påskeløp	4 T	4 F VM-testløp	4 S VM, sprint	4 O	4 L	4 M 40	4 T	4
5 T	5 F		5 M 14	5 O	5 L Tsjekkia	5 M 27	5 T	5 S	5 T	5 F	5
6 O	6 L	L	6 T	6 T NM sprint	6 S	6 T	6 F	6 M 36	6 O	6 L	6
7 T	7 S	S	7 O	7 F Sprint	7	7 O VM, skog	7 L	7 T	7 T	7 S	7
8 F	8 M 6	8 M 10	8 T	8 L Knockout	8 T	8 T	8 S	8 O Porsgrunn	8 F	8 M 45	8
9 L	9 T	9 T	9 F	9 S Stafett	9 O	9 F	9 M	9 T NM-uka	9 L	9 T	9
10 S	10 O	10 O	10 L EM-testløp, Bergen	10 M 19	10 T	10 L	10 T	10 F NM-uka	10 S	10 O	10
11 M 2	11 T	11 T	11 S EM-testløp, Bergen	11 T	11 F	11 S	11 O	11 L NM-uka	11 M 41	11 T Oppstartsamling	11
12 T	12 F	12 F	12 M 15	12 O	12 L	12 M 28	12 T	12 S NM-uka	12 T	12 F Danmark	12
13 O Jentesamlingstart seni	13 L	13 L	13 T	13 T EM sprint	13 S	13 T	13 F Worldcup	13 M 37	13 O	13 L	13
14 T	14 S	14 S	14 O	14 F Sveits	14 M 24	14 O	14 L Sverige	14 T	14 T	14 S	14
15 F Jenteprosjektsamling	15 M 7	15 M 11	15 T	15 L	15 T	15 T	15 S	15 O	15 F	15 M 46	15
16 L Hafjell/Ilsetra	16 T	16 T MOC	16 F	16 S	16 O	16 F	16 M 33	16 T	16 L	16 T	16
17 S reservert 50 plasser	17 O	17 O	17 L Vårløp, Sarp	17 M 20	17 T	17 L	17 T	17 T	17 F NC sprint	17 S	17
18 M 3	18 T	18 T (NOF-trener sendes)	18 S Vårløp, Sarp	18 T	18 F	18 S	18 O	18 L NC mellom	18 M 42	18 T	18
19 T	19 F	19 F	19 M 16	19 O	19 L Venla	19 M 29	19 T	19 S NM jr stafett	19 T	19 F	19
20 O	20 L	20 L	20 T	20 T	20 S Jukola	20 T	20 F	20 M 38	20 O	20 L	20
21 T	21 S	21 S	21 O	21 F	21 M 25	21 O Sommersamling	21 L	21 T	21 T	21 S	21
22 F	22 M	22 M 12	22 T	22 L	22 T	22 T	22 S	22 O	22 F	22 M 47	22
23 L	23 T	23 T	23 F	23 S	23 O	23 F Nord-Østerdalen	23 M 34	23 T Koll/Lillomarka?	23 L	23 T	23
24 S	24 O	24 O	24 L Lørdagskjappen	24 M	24 T Kongsberg	24 L	24 T	24 F NM natt	24 S	24 O	24
25 M 4	25 T	25 T	25 S Smaleneneløpet	25 T	25 F O-Festival	25 S	25 O Sprintsamling	25 L NC sprint	25 M 43	25 T	25
26 T	26 F	26 F	26 M 17	26 O	26 L O-Festival	26 M 30	26 T Danmark	26 S NC mellom	26 T	26 F	26
27 O	27 L	27 L Tsjekkia	27 T	27 T	27 S O-Festival	27 T	27 F	27 M	27 O	27 L	27
28 T	28 S	28 S	28 O	28 F	28 M	28 O	28 L KM helg	28 T	28 T	28 S	28
29 F	29 M	29 M 13	29 T	29 L Samlingsperiode	29 T	29 T	29 S KM helg	29 O	29 F	29 M 48	29
30 L	30 T	30 T Tsjekkia	30 F	30 S Tsjekkia	30 O	30 F	30 M 35	30 T WC, Italia	30 L	30 T	30
31 S	31 O	31 O	31 M	31 M 22	31 L	31 L	31 T	31 S	31 S	31	31



IG

Desember	
O	
T	
F	
L	
S	
M	49
T	
O	
T	
F	
L	
S	
M	50
T	
O	
T	
F	
F	
S	
M	51
T	Juledag
O	
T	
F	
L	
S	
M	52
T	
O	
T	
F	