

Årsplan for Årgang/Junior - Sæson 2022/2023

Sæson 2022/2023									Volumen	Intensitet	Stævner	Mesterskaber	
31	1	2	3	4	5	6	7	aug	PERIODE 1				
32	8	9	10	11	12	13	14	aug					
33	15	16	17	18	19	20	21	aug					
34	22	23	24	25	26	27	28	aug					
35	29	30	31	1	2	3	4	sep				(Nordjyske Cup Hjørring)	
36	5	6	7	8	9	10	11	sep					
37	12	13	14	15	16	17	18	sep				Forum Horsens Cup	
38	19	20	21	22	23	24	25	sep					
39	26	27	28	29	30	1	2	okt					
40	3	4	5	6	7	8	9	okt					VJM Hjørring
41	10	11	12	13	14	15	16	okt					
42	17	18	19	20	21	22	23	okt				Træningslejr Skive	
43	24	25	26	27	28	29	30	okt				Regionsm. Hobro	
44	31	1	2	3	4	5	6	nov					DJM kort Esbjerg
45	7	8	9	10	11	12	13	nov			Sponsorsvøm		
46	14	15	16	17	18	19	20	nov					
47	21	22	23	24	25	26	27	nov			Aalborg Cup		
48	28	29	30	1	2	3	4	dec	PERIODE 2				
49	5	6	7	8	9	10	11	dec					
50	12	13	14	15	16	17	18	dec					DM kort Vejle
51	19	20	21	22	23	24	25	dec				KM Del 1	
52	26	27	28	29	30	31	1	dec					
1	2	3	4	5	6	7	8	jan					Årgangssamling Herning
2	9	10	11	12	13	14	15	jan				DGI LDM Aars	
3	16	17	18	19	20	21	22	jan					
4	23	24	25	26	27	28	29	jan					
5	30	31	1	2	3	4	5	feb					DÅM kort Esbjerg
6	6	7	8	9	10	11	12	feb			Vendsyssel Cup Br.slev		
7	13	14	15	16	17	18	19	feb			(24 timer i Hjallerup)		
8	20	21	22	23	24	25	26	feb					
9	27	28	1	2	3	4	5	mar				VJM lang Aarhus	
10	6	7	8	9	10	11	12	mar			DGI LM Vejle		
11	13	14	15	16	17	18	19	mar	PERIODE 3				
12	20	21	22	23	24	25	26	mar					
13	27	28	29	30	31	1	2	mar					
14	3	4	5	6	7	8	9	apr					Danish Open Bellahøj
15	10	11	12	13	14	15	16	apr				KM Del 2	
16	17	18	19	20	21	22	23	apr					VÅM Kolding + VBM A
17	24	25	26	27	28	29	30	apr				Park Vendia Hjørring	
18	1	2	3	4	5	6	7	maj					
19	8	9	10	11	12	13	14	maj				(Nordjyske Cup 4 Br.slev)	
20	15	16	17	18	19	20	21	maj					
21	22	23	24	25	26	27	28	maj					
22	29	30	31	1	2	3	4	jun					
23	5	6	7	8	9	10	11	jun					
24	12	13	14	15	16	17	18	jun			Viborg Cup		
25	19	20	21	22	23	24	25	jun				DM lang	
26	26	27	28	29	30	1	2	jun				DÅM lang + DJM Lang	
27	3	4	5	6	7	8	9	jul				DJM lang	