

2010		V Vefsn	R Rana	H Hemnes	
	Helgelandsræs	Samling	Større løp	Vefsn	
April		Mai	Juni	Juli	August
1 To		1 Lø Meløy	1 Ti 18 Steffenrem	1 To	1 Sø
2 Fr		2 Sø Meløy	2 On	2 Fr NNM Bjerkvik	2 Ma
3 Lø		3 Ma	3 To Karvebakken,Ytteren R	3 Lø NNM Bjerkvik	3 Ti 18 Ollmoen
4 Sø		4 Ti 18 Kippermoen	4 Fr	4 Sø NNM Bjerkvik	4 On
5 Ma		5 On Øverleiren H	5 Lø	5 Ma	5 To
6 Ti		6 To	6 Sø	6 Ti	6 Fr
7 On		7 Fr	7 Ma	7 On	7 Lø
8 To		8 Lø	8 Ti 18 Skihytta	8 To	8 Sø
9 Fr		9 Sø	9 On Brygfjelldal H	9 Fr	9 Ma
10 Lø		10 Ma	10 To	10 Lø	10 Ti
11 Sø		11 Ti Hauknes R	11 Fr KM Sprint Siso	11 Sø	11 On Storskogen H
12 Ma		12 On	12 Lø KM Ultra Bodø	12 Ma	12 To
13 Ti		13 To 12 Litjenget Levanger	13 Sø KM Mellom Bodø	13 Ti	13 Fr
14 On 1730 Barneidrett		14 Fr Levanger	14 Ma	14 On	14 Lø
15 To 1730 Barneidrett		15 Lø Levanger	15 Ti 18 Nilsmoen V	15 To	15 Sø
16 Fr		16 Sø Levanger	16 On	16 Fr	16 Ma
17 Lø		17 Ma	17 To	17 Lø	17 Ti Utsikten R
18 Sø		18 Ti 18 Kulstad skole	18 Fr	18 Sø	18 On
19 Ma		19 On Leiravneset H	19 Lø	19 Ma	19 To
20 Ti		20 To	20 Sø	20 Ti	20 Fr MNM Verdal
21 On Hemnesberget H		21 Fr	21 Ma	21 On	21 Lø MNM Verdal
22 To		22 Lø	22 Ti	22 To	22 Sø MNM Verdal
23 Fr		23 Sø	23 On 18 Hæveln Leira H	23 Fr	23 Ma
24 Lø 12 Torvet		24 Ma	24 To	24 Lø	24 Ti 18 Mosåsen
25 Sø		25 Ti 18 Bygdahuset	25 Fr O-festivalen Gjøvik	25 Sø	25 On Sørhåjen H
26 Ma		26 On A-tunnellen H	26 Lø O-festivalen Gjøvik	26 Ma	26 To
27 Ti 18 Kippermoen		27 To	27 Sø O-festivalen Gjøvik	27 Ti	27 Fr
28 On Korgen s.skole H		28 Fr	28 Ma	28 On	28 Lø
29 To		29 Lø 16 Kippermoen V	29 Ti Øyjord R	29 To	29 Sø
30 Fr Meløy		30 Sø 11 Langvatnet V	30 On	30 Fr	30 Ma
		31 Ma		31 Lø	31 Ti 18 Fallmoen
					September
					1 On Hemnesberget H
					2 To
					3 Fr KM Natt H
					4 Lø KM Lang R
					5 Sø KM Stafett R
					6 Ma
					7 Ti 18 Hæveln V
					8 On
					9 To
					10 Fr
					11 Lø
					12 Sø
					13 Ma
					14 Ti Fagerlia R
					15 On
					16 To
					17 Fr
					18 Lø 12 Bygdahuse Saltendilten
					19 Sø
					20 Ma
					21 Ti
					22 On Bleikvasslia
					23 To
					24 Fr
					25 Lø
					26 Sø
					27 Ma
					28 Ti
					29 On
					30 To