

| Januari | Februari | Mars | April | Maj | Juni |
|-------------------------|-------------------|--------------------------|--------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| On 1 Nyårsdagen | Lö 1 | Lö 1 | Ti 1 Ung. Träning | To 1 Först OK Klemming | Sö 1 |
| To 2 | Sö 2 | Sö 2 | On 2 | Fr 2 | Må 2 23 |
| Fr 3 | Må 3 6 | Må 3 10 | To 3 | Lö 3 | Ti 3 Ung. Träning |
| Lö 4 | Ti 4 | Ti 4 Teori 5 | Fr 4 | Sö 4 | On 4 |
| Sö 5 | On 5 | On 5 | Lö 5 | Må 5 19 | To 5 |
| Må 6 Trettondedag jul 2 | To 6 | To 6 | Sö 6 | Ti 6 Ung. Träning | Fr 6 Sveriges nationaldag |
| Ti 7 | Fr 7 | Fr 7 | Må 7 15 | On 7 | Lö 7 |
| On 8 | Lö 8 | Lö 8 | Ti 8 Ung. Träning | To 8 | Sö 8 Pingstdagen |
| To 9 | Sö 9 Plandag Grip | Sö 9 | On 9 | Fr 9 | Må 9 24 |
| Fr 10 | Må 10 7 | Må 10 SOF Årsmöte 11 | To 10 | Lö 10 | Ti 10 Ung. Träning |
| Lö 11 | Ti 11 Teori 4 | Ti 11 | Fr 11 | Sö 11 | On 11 |
| Sö 12 | On 12 | On 12 | Lö 12 | Må 12 20 | To 12 |
| Må 13 3 | To 13 | To 13 | Sö 13 | Ti 13 Ung. Träning | Fr 13 |
| Ti 14 Teori 3 | Fr 14 | Fr 14 | Må 14 16 | On 14 | Lö 14 |
| On 15 | Lö 15 | Lö 15 | Ti 15 Veteran-OL, F-hall | To 15 | Sö 15 |
| To 16 | Sö 16 | Sö 16 | On 16 | Fr 16 | Må 16 25 |
| Fr 17 | Må 17 8 | Må 17 12 | To 17 | Lö 17 | Ti 17 |
| Lö 18 | Ti 18 | Ti 18 Grips Årsmöte 1900 | Fr 18 OK Hällen Kavel | Sö 18 | On 18 Sprint-DM, Grip |
| Sö 19 | On 19 | On 19 | Lö 19 OK Hällen Kavel | Må 19 21 | To 19 |
| Må 20 4 | To 20 | To 20 | Sö 20 Påskdagen | Ti 20 Ung. Träning | Fr 20 |
| Ti 21 | Fr 21 | Fr 21 | Må 21 Annandag påsk 17 | On 21 | Lö 21 Midsommardagen |
| On 22 | Lö 22 | Lö 22 | Ti 22 | To 22 U-cup GRIP #2 | Sö 22 |
| To 23 | Sö 23 | Sö 23 OL - SNO, ungd. | On 23 | Fr 23 | Må 23 26 |
| Fr 24 | Må 24 9 | Må 24 13 | To 24 U-cup SNO #1 | Lö 24 | Ti 24 |
| Lö 25 | Ti 25 | Ti 25 Ung. Träning | Fr 25 | Sö 25 | On 25 |
| Sö 26 | On 26 | On 26 | Lö 26 OK Tor | Må 26 22 | To 26 |
| Må 27 5 | To 27 | To 27 | Sö 27 OK Tor | Ti 27 Ung. Träning | Fr 27 |
| Ti 28 | Fr 28 | Fr 28 | Må 28 18 | On 28 | Lö 28 |
| On 29 | | Lö 29 Måsen-Stafett | Ti 29 | To 29 Kristi himmelsfärds dag | Sö 29 |
| To 30 | | Sö 30 Nyköpings OK | On 30 | Fr 30 | Må 30 27 |
| Fr 31 | | Må 31 14 | | Lö 31 | |

2025 (skapad 18/3-25)

| Juli | Augusti | September | Oktober | November | December |
|---------------------------|----------------------------|----------------------------------|-----------|-------------------------|--------------------|
| Ti 1 | Fr 1 | Må 1 36 | On 1 | Lö 1 Alla helgons dag | Må 1 49 |
| On 2 | Lö 2 | Ti 2 | To 2 | Sö 2 | Ti 2 |
| To 3 | Sö 3 | On 3 | Fr 3 | Må 3 45 | On 3 |
| Fr 4 E-tuna Weekend | Må 4 32 | To 4 | Lö 4 SMOL | Ti 4 | To 4 |
| Lö 5 E-tuna Weekend | Ti 5 | Fr 5 | Sö 5 | On 5 | Fr 5 |
| Sö 6 E-tuna Weekend | On 6 | Lö 6 Klubbhelg MedelDM | Må 6 41 | To 6 | Lö 6 |
| Må 7 28 | To 7 | Sö 7 Klubbhelg Stafett, Norrköp. | Ti 7 | Fr 7 | Sö 7 |
| Ti 8 | Fr 8 | Må 8 37 | On 8 | Lö 8 | Må 8 50 |
| On 9 | Lö 9 SprintStafett DM VSOK | Ti 9 | To 9 | Sö 9 | Ti 9 |
| To 10 | Sö 10 | On 10 | Fr 10 | Må 10 46 | On 10 |
| Fr 11 | Må 11 33 | To 11 U-cup OK Klem. #4 | Lö 11 | Ti 11 | To 11 |
| Lö 12 | Ti 12 | Fr 12 | Sö 12 | On 12 | Fr 12 |
| Sö 13 | On 13 Melkers Minne | Lö 13 | Må 13 42 | To 13 | Lö 13 |
| Må 14 29 | To 14 | Sö 14 | Ti 14 | Fr 14 | Sö 14 |
| Ti 15 | Fr 15 | Må 15 38 | On 15 | Lö 15 | Må 15 51 |
| On 16 | Lö 16 | Ti 16 | To 16 | Sö 16 Mälarh. Indoor-OL | Ti 16 |
| To 17 | Sö 17 | On 17 | Fr 17 | Må 17 47 | On 17 |
| Fr 18 | Må 18 34 | To 18 | Lö 18 | Ti 18 | To 18 |
| Lö 19 | Ti 19 | Fr 19 Natt DM, E-tuna | Sö 19 | On 19 | Fr 19 |
| Sö 20 O-ringen, Jönköping | On 20 | Lö 20 | Må 20 43 | To 20 | Lö 20 |
| Må 21 O-ringen 30 | To 21 | Sö 21 Lång DM, Ärla | Ti 21 | Fr 21 | Sö 21 |
| Ti 22 O-ringen | Fr 22 | Må 22 39 | On 22 | Lö 22 | Må 22 52 |
| On 23 O-ringen | Lö 23 | Ti 23 | To 23 | Sö 23 | Ti 23 |
| To 24 O-ringen | Sö 24 | On 24 | Fr 24 | Må 24 48 | On 24 |
| Fr 25 O-ringen | Må 25 35 | To 25 | Lö 25 | Ti 25 | To 25 Juldagen |
| Lö 26 | Ti 26 | Fr 26 | Sö 26 | On 26 | Fr 26 Annandag jul |
| Sö 27 | On 27 | Lö 27 Katrineholm OK | Må 27 44 | To 27 | Lö 27 |
| Må 28 31 | To 28 U-cup SMOL #3 | Sö 28 | Ti 28 | Fr 28 | Sö 28 |
| Ti 29 | Fr 29 | Må 29 40 | On 29 | Lö 29 | Må 29 1 |
| On 30 | Lö 30 | Ti 30 | To 30 | Sö 30 | Ti 30 |
| To 31 | Sö 31 Trosabygd. OK | | Fr 31 | | On 31 |