



## IDÉ OCH PLANERINGS DAG

Ämne: Hur vill vi att klubben skall utvecklas och hur kommer vi dit?

Lördagen den 19 nov hade styrelsen bjudit in till en planeringsdag för att diskutera planering för kommande år. Drygt ett 30-tal medlemmar representerande olika kategorier kom till VIK-stugan i Rocklundaskogen. Den första krispiga rimfrostn hade lagt sig under natten, och novemberolen lyste från en blekblå himmel.

Förra året då vi hade planeringshelgen vid Tärna folkhögskola, hade det första (och största) snöfallet för säsongen redan kommit.

Vi diskuterade fyra huvudrubriker i smågrupper och redovisade sedan funderingarna inför alla. Före lunch tog vi tag i rubrikerna "Klubbkänsla" och "Arrangemang". Det som de flesta grupperna pratade längst tid om blev *Veckans bana*. Klubbkänslan skulle kanske öka om fler lag blev anmälda till 25-



mannar. I år fick flera inte springa som hade velat.

Vilka *Värdetävlingar* skall vi försöka arrangera i framtiden? De skall ju ge både goda inkomster och göra VSOK ännu mer känt i orienteringssverige. Att få fram nya kartor är mycket dyrt (ca. 250 000 sek/st.), och dessutom är en del områden "låsta" p.g.a. att kontakterna med markägare, jägare och naturvårdare kan vara besvärliga. Men skall vi kunna erbjuda bra tävlingar krävs också kartor!

Inför diskussionen om "Ekonomi", som första pass efter lunch, redogjorde kassören för årets



inkomster och kostnader.

Just nu ligger vi på en förlust på ca. 44 000 mot budget det här året. Hur gör vi för att få balans?

Åsikter om lottförsäljning mm. mot att betala mer av anmälningskost-

nader för tävlingarna själv eller höjda medlemsavgifter kom upp. Inkomsterna från Bingolotto har ju minskat ordentligt på senare år och det måste ju tas in någon annan stans.

Sista passet handlade om "Rekratering". -Hur skall vi bli fler? Och hur skall vi behålla medlemmarna? -Nybörjarkurser för vuxna motionerare skulle vara bra att starta, och kanske fler nybörjarkurser för barn och ungdomar. I år fick inte alla anmälda vara med p.g.a platsbrist.

Alla fina förslag och åsikter kommer att sammanställas av styrelsen och distribueras till komitéerna och publiceras på hemsidan. Nu måste vi alla hjälpa till att bearbeta och genomföra förslagen.

**Det är vi själva som har klubbens framtid i våra händer!**

När vi åkte hem från stugan lyste många gravljus på kyrkogården i novemberkymningen.

Christina G.

Fyspasset! se baksidan ....

## Smålandskaveln

Smålandskavlen avgjordes i år i Nybro i sydöstra Småland som bjöd på relativt lätt och flack terräng med flera stigar som ändå kunde ställa till vissa bekymmer för flera löpare.

Klubben hade tre lag med; två H21-lag och ett D16-lag. Som vanligt sprang herrarna två nattsträckor med individuell start medan tjejerna bara hade en nattsträcka innan det skulle bli omstart dagen därpå. Efter nattsträckorna låg förslaget drygt 17 minuter efter täten på en 57:e plats medan tjejlaget var riktigt bra med och var endast

två minuter efter ledande lag på en fjärde plats genom Alva Olssons lyckade nattsträcka. Efter herrarnas tredje sträcka tappade man ner till 61:a plats och var nu ca 27 minuter efter täten. På fjärde sträckan plockade man en placering och låg då på 60:e plats. På sista sträckan skickade man ut

Mattias Millinger som gjorde ett mycket bra lopp och förde laget upp till 41:a plats. Tjejlaget hade det däremot lite tyngre och man tappade till en total tjugonde plats.

Så bar det av hemåt i full fart för att alla skulle hinna hemma och titta på medicinmannen på TV.

Simon L

### EJ START, EFTERANMÄLNINGAR OCH SOMMARTÄVLINGAR 2005

Utskick av klubbens fordringar är på gång. Granskas noggrant av envar. Om OK betala omgående, eller senast den 20 december, till bankgiro 683-1580, annars kontakta kassören för kontroll.

Leif Danielsson

## Lucia

Hökåsenskolan  
11 december kl. 15.00



Ett vackert luciatåg  
Föräldratrofé  
Kaffe med dopp  
Bingo

Välkommen!



Ett stort tack till Eva och Ann-Sofie som gjorde ett fantastiskt jobb med planering och genomförande av mötet.

## Köp en bil!

Nu är det större anledning än på länge att byta bil. Ett nytt avtal med Toyota ger pengar till klubben vid köp av bil - gammal som ny och det ger också rabatt till dig själv vid nybilsköp. Dessutom innehåller avtalet nytt vindskydd och arbetsbyten. Vi har även åtaganden förknippade med avtalet - annons, banderoll på tävlingar, tala väl om ... mm.



## TOYOTA

Med det här avtalet finns det alltså många anledningar att titta in hos Toyota innan du byter bil. Du kanske gör ditt livs kap!

Avtalets detaljer får du reda på om du kontaktar någon i Sponsorkommittén.

Lars J, Andreas J

## Istanbul 5-dagars

Orientering i Turkiet är en ganska ny företeelse som inte har hållit på i så många år och Istanbul 5-dagars utspelar sig bara för andra gången så vitt jag förstår. Ändå imponeras jag av deras förmåga att lyckas organisera en sådan omfattande tävling. Antalet arrangörer var bara en handfull folk, antagligen som en mindre svensk klubb. Ändå lyckas de bra med banor, resultat, TC och Sportident användes på alla etapperna. Detta utan större problem. Dusch och toalett fanns förstås inte men det är väl nästan bara Sverige och ett fåtal länder till som har det. En sak jag blev lite nervös för var när startlistorna fortfarande inte var färdiga kvällen innan tävlingen och jag fick veta först på tävlingsmorgonen min starttid.

Tävlingen gick detta året (2005) i november, från den

2:a till den 6:e. Jag åkte till Istanbul tillsammans med min flickvän Asta den här gången och vi flög dit från Riga tillsammans med en del andra litauer. Vi kom några dagar innan tävlingarna startade och på så sätt hade vi tid att se oss omkring i Turkiet också. Det som slog mig var hur enormt landet är. Vi tog en rundtur runt om i landet och stora sträckor är det bara stäppliknade ödemark så långt ögat ser.

För att komma till etaptävlingarna tillhandahöll arrangörerna 4 st bussar som avgick samtidigt varje morgon. Antagligen för att det är rätt knepigt att ge sig i kast med den turkiska trafiken och de ville väl att folk skulle hitta till tävlingarna också, vilket inte var det lättaste. Ibland kändes det som att inte ens buss-

chauffören visste riktigt vart han skulle.

Tävlingarna hölls i två världsdelar (vilket säkert inte många 5-dagars kan skryta med) där två av tävlingarna gick i Asien och tre i Europa.

Tävlingsprogrammet var enligt följande.

- 1:a etappen Belgrad Forest, Långdistans, Europa.
- 2:a etappen Ömerli Forest, Medeldistans, Asia.
- 3:e etappen Hacilli Forest, Sprint, Asia.
- 4:e etappen Belgrad Forest, Klassisk distans, Europa.
- 5:e etappen Grand Bazaar (Kapalı Çarşı) supersprint, Europa

För att springa kortdistansen, 3:e dagen, fick vi åka i över två timmar ut i de mest oländiga trakter jag sett. Folk i byarna på landsbygden trodde väl inte sina ögon när det kom fyra fullastade bussar med orienterare ut på smala kostigar långt från



stan och civilisationen. Men den som väntar på något gott som sagt, området var verkligen magnifikt.

Sista etappen var sprintdistans och det var nog en av de roligaste sprinttävlingarna som jag någonsin har sprungit. De hade lyckats få tillstånd att hålla till i en stor basar mitt i Istanbul som var fullt med gränder och små passager.

När tävlingen var över stod jag som slutsegrare i H21A (E21) -klassen och Asta i D21A (K21) -klassen.

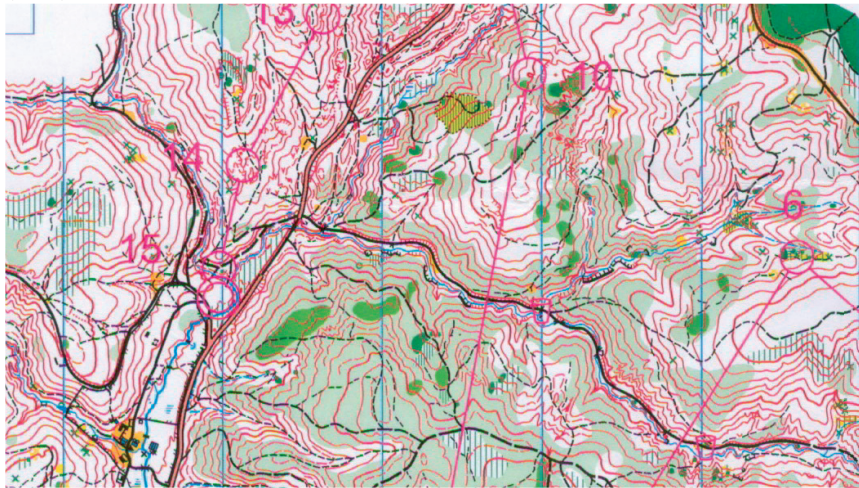
Istanbul är en mycket intressant stad med mycket liv och rörelse. I Istanbul bor inte mindre än ca 14 miljoner invånare. Det finns många

sevärdheter att ta sig en titt på här. På den korta tid vi hade tillgänglig hann vi med att besöka diverse moskéer, sultanpalats, marknader, underjordisk vattenreservoar mm.

Deltagarna på femdagars-tävlingen var ett hundratal och kom mestadels från Bulgarien, Ryssland, Serbien & Montenegro plus en del övriga länder. Det verkar som om denna tävling än så länge mest är känd i Östeuropa. Jag hoppas det ändrar sig eftersom det var ett underhållande 5-dagars.

För mer information om Istanbul 5-dagars se: <http://www.ist5days.com/>

Patrik Gunnarsson



## Många meter blev det!

... forts från framsidan

Mitt på dagen var det dags för ett fyspass. Sofia och Håkan hade gjort ordningen jättetrevlig orienteringsövning. Vi fick en karta med kontrollers utsatta, som vi skulle besöka i egenvärd ordning. Mellan varje kontroll måste man åter till startplatsen, där Sofia höll upp en skärm som måste man rusa ut nästa skärm. Det var kul men

svårt för att på kartan syntes enbart ett kvadratcentimeter stort område omedelbart runt kontrollen, samt en smal stråle dit. Utan kompass blev det nästan omöjligt för mig som fortfarande inte är så bekant med området. Andreas och Alva bäst av alla.

Efter dusch och ev. bastu fick vi välpassande smakande talunch med sallad.

Christina G

Andreas och Alva bäst av alla.

Efter dusch och ev. bastu fick vi välpassande smakande talunch med sallad.

Christina G



## Ljusglimt i höstmörkret!

Under senhösten har ett antal västeråsorienterare ställt in riktningen och styrt kosan söderut på tisdagskvällarna. Flera klubbkamrater har deltagit i eskilstuna-klubbarnas nattorienteringsserie.

Nattorienteringsserien, som startade i mitten av oktober, har sedan gått runt bland alla klubbar inom Eskilstuna kommun. Totalt åtta olika klubbar och platser har vi besökt med pannlampa. Som mest har vi varit ett tiotal personer, och någon enstaka tisdag, när regnet stod som spön i backen, var väl uppslutningen endast två till tre personer. Arrang-

emang och terräng har varit ganska skiftande. Grundprincipen är dock ganska lika jämfört med vår egen "spik-cup" som går av stapeln i början av Januari. Tre banor finns tillgängliga varje gång, en kort och lätt, en medel-lång med samma



svårighetsgrad som den långa svåra som mäter cirka sju till åtta kilometer.

På bilden syns två av de mest frekvent delta-gande löparna, Ben Strengell och Sven-Birger Johansson flankera den sista deltävlingens banläggare Barry Widelund, IK Standard.

Oktober är en mörk månad och upplevs som en dystert och lite tung period, även träningsmässigt av många. Nattserien har lyst upp tisdagsträningarna och gjort oss förhoppningsvis bättre förberedda till vinterns spik-cuper.

Magnus Öhling