



En region i det fördolda



På andra sidan Östersjön finns ett område som inte är så vida känt för gemene man, nämligen Ryssland och då talar jag inte om det stora moderlandet utan om den lilla enklaven Kaliningrad (tidigare Königsberg) som ligger inklämt mellan Polen och Litauen vid Östersjöns kust.

För ett par veckor sedan åkte jag dit över en helg (helgen 22/4-23/4) för att skaffa mig en uppfattning om stället och givetvis delta i en orienteringstävling. Kaliningrad har ganska dåligt rykte om sig att vara väldigt fattigt och trist och det har varit stängt för omvärlden under lång tid ända tills det blev mer öppet för ca drygt 10 år sedan. Före 2:a världskriget bodde här tyskar i området men efter kriget blev det ett slutet ryskt militär-område.

Att ta sig dit är inte helt enkelt. Först och främst krävs det att man har visum till Ryssland. Det kan man skaffa själv via ryska ambassaden eller kan man låta en resebyrå ordna det. Jag valde det senare eftersom chansen att få ett positivt svar på visumansökan ökar avsevärt, dessutom blir det mycket enklare också. Dock kostar det aningen mer men man slipper att ordna en inbjudan för att få komma in i landet.

Jag och Asta åkte till Kaliningrad från Vilnius med nattåg. En spännande upplevelse som för tankarna tillbaka om hur det var att åka tåg i Sverige i slutet på 70-

talet. I sovкупén var det ingen lyx utan britsarna såg ut som från ett logemente och ville man ha lakan och filt (ja man fick faktiskt välja) så kostade det extra. Vagnen var som för övrigt hämtad ur en Agatha Christie roman där korridorerna var nedsläckta med bara svag belysning på, mörk färg på inredningen i gängen och en mörkröd orienteringsinspirerad matta längs hela korridorgolvet. Det kan tilläggas att tågets hemvist är Ukraina

Sovandet gick sådär, det värsta var att jag frös så förfärligt eftersom de tycktes vilja hålla nere värmekostnaderna på tåget. Till sist låg jag med tre filter över mig. När jag så äntligen hade somnat så var det dags för passkontrollen, runt fyra på morgonen. En första gång med litauiska tjänstemän och senare en andra gång med ryska. Halv åtta rullade så tåget in på Kaliningrad station och jag kände mig ändå ganska fräsch efter nattens behandling.

Lördagen ägnades åt sightseeing och det fanns en hel del att se på även om ryssarnas behandling av staden inte har varit den bästa. De har tyvärr rivit en hel del av de



gamla fina byggnaderna som fanns kvar i skadat skick efter kriget, istället för att restaurera dem. Väldigt synd. Ett par ställen värda att besöka är bärnstensmuseet, domkyrkan och marinmuseumet. Någon stor turiststad är Kaliningrad inte och det är svårt att ta sig runt om man inte kan ryska eller har någon med sig som kan. Asta kan ryska så vi klarade oss bra.

Så var det tävlingsdags på söndagen och vi fick lift dit med en familj som också skulle vara med och delta. Tävligen var belägen ganska nära kusten vid en by som heter Yantarny. Ut på små vägar för vi och tro mig Kaliningrad har ganska många av dessa små vägar. För det mesta är den maximala hastigheten endast 70 km/h och vägarna slingrar sig fram i landskapet. Ganska charmigt så länge man inte studsade fram pga gropar och bulor som dök upp med jämna mellanrum i vägen.

Väl framme vid tävlingsplatsen så såg det mest ut som en lokal träningsträff. Inte alltför många tävlande alltså, näväl ca 70 personer sprang varav 9 st i H21. De flesta vi mötte verkade trevliga även om jag inte kunde tala med dem och vi blev uppmärksammade som internationella gäster (sakerligen

en ovanlig syn här) och fick mottaga varsin bärnstens-tavla. Kaliningrad är en stor producent av bärnsten och man har gruvliknande platser där man letar upp bärnstenen ur marken.

Upplägget för H21-klassen var något de kallade för "One man relay". Vilket bestod av att man sprang tre slingor och för varje ny slinga sprang man tillbaka till start/varvning innan man påbörjade nästa. För att veta vilken slinga man skulle springa så var dessa ritade i rött, blått och åter rött (en form av gaffling). Sista slingan fick man se först efter ett karbytte. Här var det inte tal om några nymodigheter utan den gamla hederliga stiftklämman var åter i bruk. Det märks att man har orutin på den nuförtiden när man försöker stämpla och allt bara trasslar ihop sig. Angående kartan så var det ingen dåligt utskrivna karta utan en tryckt lättläst karta med handritad bana. Mycket nostalgi alltså.

Skogen var trevlig och det kändes att den hade fått vara orörd ganska länge. Öppen blandskog med måttlig kupering som det brukar heta i en orienteringsinbjudan. Ibland en del risiga partier med grenar tätt på marken.

Hur gick då tävlingen? Svaret får bli ett nja, jag ledde ett tag på första slingan men sen kom bommarna på rad och jag slutade 3:a. Jag var nog lite för trött i benen för att ha en riktig chans denna dag. Asta kom 2:a och fick se sig slagen av en piggare tjej på slutet.

Patrik Gunnarsson

Nästa nummer kommer i början av Augusti!

Innan hemresan med tåget så ville vår värdfamilj som vi åkte med gärna visa oss lite mer av Kaliningrads landsbygd och byar. Ett mycket trevligt initiativ men vi började bli lite nervösa av att missa tåget hem. Vi såg tiden rinna iväg och med de långsamma vägarna i åtanke försökte vi skynda på våra värdar lite att åka hemåt. Då händer det som inte får hända. Deras bil (modell äldre) får motorstopp, inte en gång utan två gånger och vid andra gången ställer jag och Asta oss och försöker lifta till stationen, vilket är lättare sagt än gjort eftersom ingen tycks bry sig om liftare här. Tur i oturen kommer en annan familj som också är orienterare och som känner igen oss från tävlingen. Efter en snabb tur genom Kaliningrad där det säkerligen bröts mot de flesta trafikregler kommer vi fram till stationen fem minuter innan avgång för tåget.

Det blev mycket stressande innan vi äntligen kunde pusta ut på tåget som tog oss tillbaka till Vilnius. Även denna gång är jag nöjd med min resa och det kommer nog att bli några fler turer till Kaliningrad fast givetvis med tolk igen och med gott om tid.

För att ta en titt på Kaliningrad orientering på nätet, se: <http://orient.kaliningrad.org/>

Västerås SOK: A friendly club

- VSOK has been incredibly helpful and so friendly.

Det berättar de fyra brittiska orienterarna som springer för VSOK. Vidare svarar de på frågor om varför det blev Västerås från första början och vad de egentligen tycker om Västerås som stad.



Matt Crane, Helen Winskill, Jenny Whitehead och Oli Johnson heter de fyra briter som sökte sig till Västerås SOK för att tävla.

Jenny berättar att anledningen till varför hon och Helen hamnade i Västerås var att de, likt nästan alla andra brittiska orienterare, vill springa i en skandinavisk klubb. Inför VM 2004 fick de kontakt med Västerås och eftersom de i VSOK var så entusiastiska blev det Västmanländska valet enkelt.

Matt och Oli kom till klubben först i år

2006 och anledningarna till det var att de ville ha lite omväxling, de sprang för en finsk klubb tidigare, men även att Ryan Air flyger till Västmanland, samt att Oli och Jenny är på gång att gifta sig gjorde inte det svenska klubbvalet svårare, berättar Matt. Att Ryan Air har avisat att de kanske slutar flyga till Västerås om den eventuella flygskatten blir av har dom inte funderat på så mycket.

- Det löser sig säkert, menar Oli.

Han berättar vidare att en annan anledning

till att de valde VSOK heter Mattias Millinger.

- I think he's a raising star in Swedish orienteering, säger Oli. Jenny Whitehead har tidigare även studerat i Sverige och i Uppsala, men hon skrattar åt frågan om vi ska fortsätta intervjun på svenska.

Uppsala var en bra stad, men hon förklarar samtidigt att hon orienteringsmässigt inte trivdes något vidare där.

- Det var alldeles för platt på Uppsalaslätten. Här i Västmanland är det mycket backigare och det passar mig mycket bättre.

Själva staden Västerås gillar också Helen och Jenny, det är en stad som har allt och shoppingen funkar rätt bra, berättar Helen. Speciellt dyrt är det inte heller, säger hon.

Matt och Oli däremot har inte samma koll på staden och shoppingen. De två har faktiskt inte hunnit besöka själva staden ordentligt ännu.

Oli berättar dock att han under uppladdningen till VM 2004 bodde på Björnön och där tyckte han det i alla fall var väldigt vackert.

Terje L



Grattis Mattias 6:a i Elitserietävlingen i Järvsö



VPT/Sprint-DM

Tisdagen den 23:e maj anordnade Västerås SOK en deltävling i park OL-serien för ungdomar, VPT, Västmanland Park Tour. Detta arrangemang åtföljdes av distriktsmästerskap i sprint-orientering. I sprint-DM var även äldre, dvs löpare över 20 år, välkomna. Tävlingscentrum var förlagd till Hamre ridskola, som under rådande vädersituation visade sig mycket lämpad. Underlaget stod nämligen emot vätan



Elitserien - Sprint och J-cup

Den 25:e maj gick sprint-distansen i Elitserien och J-cupen i Borlänge med TC omkring 200 meter från kupolen. Västerås representerades av åtta löpare, av dessa gick tre vidare till final. Det var Mattias Millinger i H21, Simon Lindberg i H20 och Alva Olsson i D18. I finalen stämplade dock Alva fel på den sista kontrollen där det endast var 10 meter mellan finalkontrollen och den tidigare kontrollen från kvalet. Detta lyckades Simon



mycket bra från de regnskurar som frekvent uppenbarade sig under kvällen. Förutom vätan förflöt arrangemanget bra. Under ledning av Kerstin Olsson (tävlingsledare), Ann-Sofie Andertoft som biträdande dito, samt Hans Greijer som banläggare upplevde startande, publik och övriga arrangörer arrangemanget som lyckat.

Totalt, med både VPT och sprint-DM inkluderat kunde 261 löpare räknas in. Glädjande statistik var att de yngre klasserna visade ett stort deltagarantal, där inskolningsklassen, med många nybör-

jare lockade ett femtiotal startande.

Vi lyfter på hatten för Madeleine Ahlström i D14, Helena Lindqvist i D20, August Mikaelsson i H10, Jakob Ahlström i H12, Jonathan Rosendahl i H20 och Anders Österlund i H21, som alla lyckades bärga förstaplatser i sina respektive klasser, samt bugar och tackar alla andra VSOK:are som hjälpte till att genomföra VPT och Sprint-DM med gott resultat.

Magnus Ö



Fem frågor till...



Lars-Ove Karlsson,

mest känd som LOKet, märks inte i resultatlistorna. Hans orienteringsinsatser ligger på ledar- och funktionärsidan. Per Haeppling ställde fem frågor till honom.

Simon L

VLT loppet

Nu är det snart dags för vlt-loppet den 10 juni (samma dag som Mälarsprinten). Första start kl 11.00 och andra 11.30. Du som kan hjälpa till med något, ring till Håkan Andersson, Inger Gunnarsson eller Thomas Andersson. De har hand om start, mål och banan.

Annars vore det mycket trevligt om vi fick många VSOK-ungdomar att springa, det är ju alltid mycket fina priser på denna tävling, som kan locka. Det blir också ansiktsmålning, uppvärmning och saft och bulle efter loppet. Gör den 10 juni till en heldag med vlt-loppet på fm och Mälarsprinten på em.

SPIN-kommittén



Den 16-17 september kommer VSOK att arrangera Arosträffen ute i Tillberga. Det blir lång- och medeldistans. TC kommer att vara öster om gamla lokverkstaden. Kartan är nyritad av Åke Mjöberg och Roger Åsberg. I dagsläget drivs tävlingen av tekniska kommittén för vi har inte hittat någon som vill vara tävlingsledare. Funktionärsstaben är under uppbyggnad men de tyngre posterna som banläggare, arena m.m är klara. **Vi behöver alltså fler funktionärer till denna tävling.** Kan ni tänka er att ställa upp så ta kontakt med undertecknad eller Magnus Larsson.

Några nyheter inför årets Arosträff är att vi kommer att ha utlottningspriser. Detta gäller inte ungdom och huvudklasser. Vi har även ansökt om att få ha fri starttid i klasserna 35 och uppåt. Är det någon som har några nya idéer om hur

vi kan locka löpare till just vår tävling så hör av er.

Nu till lite information om framtiden. 2007 kommer vi att arrangera Arosträffen i samband med påskhelgen på Björkstakartan. Tävlingsledare för denna tävling är J-O Bergman och Jan Bröms. Vi kommer även att köra Mälarsprinten nästa år, samt arrangera en deltävling i VPT såklart. Om vi tittar lite längre fram så hittar vi 2008. Då har VSOK tillsammans med Vandraringen ansökt om att arrangera 2 st deltävlingar i Elitserien. Datum för detta är i augusti. Får vi det kommer vi även att köra Arosträffen som vanlig på våren. Tävlingsledare detta år blir Lars Jakobsson och Anders Sahlen. Projektet med kartfäddrar har kommit igång så smått.

För tekniska kommittén
"BABBE"

Vad gör du just nu?

- Jag hjälper Mikael Davidsson med tävlingsledarjobbet för Mälarsprinten. Vi håller också på och letar efter en ny kassör i klubben.

Har du några uppdrag utanför VSOK?

- Jag är ledamot i Västmanlands OF, där jag jobbar med tävling och tekniska frågor.

Ska du inte börja springa igen?

- Jag måste nog det. Kroppen behöver det. Tänkte prova vid O-ringen i sommar.

Kopparkaveln

23 Maj



Det började bra med sol och försommarvärme när vi anlände till TC, ett grus- och stenbrott väster om Falun, denna tidiga söndagsmorgon. Det var dags för kopparkaveln, en tävling med gamla anor.

Västerås SOK var representerade i stort sett alla klasser vilket gjorde att det alltid fanns VSOK:are på upploppet.

Först ut var H21-kaveln där två VSOK-lag startade. Bäst lyckades Jonas Lundin i andra laget som kom in på en 20:e plats, fem minuter efter ledande Leksands OK. Förstalaget med junioren Jonathan Rosendahl hade det tyngre som kom in en bra bit efter andralaget. Något strul med stämplingen gjorde att andralaget diskvalificerades. Förstalaget gjorde sedan en uppyrkning genom starka insatser främst från Andreas E och Anders "Öset" Österlund. Öset var så bra som 3:a på sin sträcka. Det resulterade i en 23:e plats.

I D20 klassen startade Alva Olsson och Sofia Carlsson. Båda två hade en tung dag och placerade sig på den nedre halvan av fältet. På andra sträckan sprang Terese Rosendahl för första laget och Ida

Greijer i andralaget. Ida svarade för en stabil insats och kom i mål några minuter före Therese. Tyvärr slutade kaveln för andralaget här då löpare saknades. Helena Lindqvist avslutade på en 7:e plats.

H120 kavel startades av rutinerade Per "Babbe" Sundström och Ben Strengell. Babbe kom in på fjortonde plats. Förstalaget slutade på 14:e platsen och andralaget hamnade på en slutlig 22:a plats.

I H150 klassen inledde Anders Tåqvist utomordentligt genom sin 6:e plats blott 1 min och 30 sek efter. Lars Jakobsson sprang andra sträckan på ett alldeles lysande sätt och blir sträckbäst. Han för upp laget till ledning före IFK Mora OK. Ut på tredje sträckan skickas Mikael Utter som trots lagets bästa tid får se sig slagen mot en forcerande Erik Svensson från Mora. Ett silver till VSOK!

I VSOK's D120 lag startade Inger Gunnarsson

som placerade sitt lag på en fin 4:e plats. Inger skickade ut Sinikka Westman och sist Susanne Persson som förde upp laget till en slutlig 7:e plats.

H180 laget med Bernt Åström, Göran Andersson och Hans Andersson höll alla en jämn nivå där Bernt kom in 2:a på förstasträckan. Laget tog för dagen VSOK's tredje 7:e plats.

I D21 startade VSOK bara med Anna Thomasdotter som kom in på en strålände 7:e plats, blott 6 sekunder från 3:e platsen.

I D14 startade vi med två lag. Inledde gjorde Carolina Mikaelsson och Amanda Utter, båda svarade för goda prestationer. Carolina skickade sedan ut Madeleine Ahlström som för förstalaget till en tredje plats. Andralaget skickade ut Sandra Johansson som höll kvar laget runt 10:e plats. Efter Madeleine avslutade Filippa Lundberg som säkert förde budkaveln i mål på bronsplats. Andralagets Mikaela Olby landade på en hedrande 10:e plats.

D12 laget bestod av Märta Wadman – starttjej, Karin Lindberg, Agnes

Ekerby, Sandra Näslund – andrasträckare och Hanna Urby – avslutare. Alla svarade för hög jämn nivå och slutade på en fin 6:e plats bland 19 startande.

För H14 grabbarna startade Rickard Wadman. Rickard kom in i klungan 3 min efter ledande IFK Mora OK. På andrasträckan hade VSOK åter parallelllöpare i Fredrik Urby, Anton Rooth och Johan Lindberg. Först in var Fredrik som parkerat sig på en 8:e plats. Avslutare var Kristoffer Arnesson som avslutade på en smaklig 9:e plats.

H12 laget svarade för den mest rafflande avslutningen. Kasper Westman genomförde startsträckan med bravur med en 5:e plats bara ett par minuter efter Kvarnsvedens GOLF OK. Ut på andrasträckan skickades Andreas Sundström som kämpade sig upp på 4:e plats. Iväg på sista sträckan jagade Jakob Ahlström. Vid förvarningen var det tre lag samtidigt, Kvarnsveden, Västerås och Sundsvall OK.



Ett sus gick genom VSOK-läget. Vem skulle vara först ut på upploppet? Där, den förste löparen kommer och det är Sundsvall tätt följd av Jakob, Kvarnsveden är avhängd. Jakob får se dock se sig slagen av en frenetiskt spurtande Eddie Edström från Sundsvall. Laget får VSOK's tredje medalj. Ett glimrande silver.

D150 laget bestående av Annika Davidsson, Lena Jakobsson och Gun Millinger hade ingen bra dag och felstämplade redan på första sträckan.

Sist men inte minst ställde ett Mix lag upp bestående av Oskar Mikaelsson, Johan Lindström och Patrik Holm. Laget slutade 5:a

Slutsumman 2 silver, 1 brons och en drös höga placeringar får räknas som ett godkänt resultat. Främst har ungdomarna och yngre veteraner utmärkt sig.

Från min plats i solen:
Håkan Andersson



går i Hong Kong i slutet på detta år.

2005. (Kul att äntligen hitta ett land där man kunde vara bäst).

Nästa planer: För sommaren så blir det mycket orientering. Jag ska återigen vara med på hela O-ringen efter att ha bara sprungit ett par öppna banor de senaste åren. Dessutom blir det 5-dagars här i Litauen också. Tävlingen heter Takas (vilket betyder stig) och jag har nämnt arrangemanget tidigare i en artikel om Litauen. På längre sikt planerar jag att åka till APOC (Asian Pacific Orienteering Championship) som

och fann att detta kunde vara något för mig eftersom jag gillar att resa också. De första "riktiga" utomlandsäventyren gick till Grönland och till Sydafrika året 2002.

Antal tävlingar utomlands per år: Nuförtiden blir det nästan uteslutande tävlingar utomlands eftersom jag befinner mig till stor del i Vilnius. Det brukar hamna på en 7-8 resor utomlands, om jag räknar med våra nordiska grannar, för orienteringens skull.

Bästa utländska merit: Jag blev israelisk mästare år

och jag vill äta).

Anknytning till Västerås:

Jag har bott i Västerås i drygt 4 år (aug 98 till dec 02) och då jobbade jag på ABB Automation Products. Jag tycker Västerås är storstaden med småstadens fördelar. Nära till skogen och till centrum och allt man behöver finns där. Har för övrigt en hel del släktingar som bor i Västerås.

Tävlande utomlands: Jag har tävlat mycket runt om i Sverige sedan tidiga år. För att få nytändning började jag titta på tävlingar utomlands

Namn: Patrik Gunnarsson
Ålder: 30 år.

Bor: För tillfället växelvis i Sölvesborg i Blekinge och i Vilnius i Litauen.

Familj: Flickvän i Vilnius och föräldrama plus två bröder boende i Sölvesborg.
Jobbar: Jobbar på Bombardier Transportation i Hässleholm med utveckling och testning av mjukvara för järnvägssignaleringssystem. När jag befinner mig i Vilnius studerar jag olika kurser, just nu enbart litauiska. Mano vardas Patrikas ir aş noriu valgyti (Mitt namn är Patrik