



Klubbdagen

6 juni - Sol, bad och grillkorv

För andra året i rad arrangerades Klubbdagen på vår Nationaldag. Sol, värme, glädje och gemenskap är faktorer som skall präglade arrangemanget och det är också välkommet med ett tävlingsinslag.

Sol och värme fick vi mycket av den här dagen med blå himmel och en temperatur som närmade sig +30°C. Drygt 100 personer kom till Fiskkraken och Vandraringens klubbstuga. Alla njöt av tallskogens behagliga skugga, den lätta vinden, frånvaron av mygg och närheten till vattnet som vissa passade på att svalka sig i. För de flesta var det premiärdoppet för året.

Tävlingsinslaget var åter Lådstafetten som rönt så stor uppskattning förra året när den lanserades. I år var det tre sträckor som dessutom var lite kortare var och en. Det gjorde tävlingen lite mer sammanhållen och snabbare att genomföra. Tid för grillning och möjlighet att träffas och prata med alla och envar prioriterades högt av arrangörerna. Och så blev det! Det segrande laget, de som klarade Toivos banor bäst och fick längst tid vid grillen, bestod av Johan Ahlström, Rickard Svensson och Carl Näslund. Förutom att priser delades ut till de tre första lagen lämnade Skogskarlarna/Skogsflickorna genom Lennart Öberg över ett pris ur Marie Levis minnesfond för goda insatser inom orienteringssporten, till Alva Olsson.

Hans-Erik



Deltagarrekord på vlt-Loppet



Lördagen den andra juni var det löpartävling för barn och ungdomar i strålande sol. Start och mål vid VLT-kontoret på Slottsgatan. VSOK arrangerade tillsammans med Zetterlunds, Västerås Citysamverkan och tidningen VLT förstås.

Det hade varit flera stora annonser i tidningen strax innan som bidrog till att nära 100 direktanmälningar kom, och det

blev totalt 227 deltagare.

Innan loppet passade några på att bli ansiktsmålade. Man såg flera söta katter och hemska monster på starlinjen. Man sprang i tre klasser: Födda 1993 - 1995 och 1996 - 1998 som sprang två varv på 1-kilometersbanan mot Stora torget -Torggatan - Köpmangatan - över bron vid Biskopsgatan och tillbaka. Barn födda 1999 och senare sprang ett varv

på banan. Alla som gick i mål fick medalj och en vit t-shirt. Det var så många direktanmällda att t-shirtarna tog slut, men alla som inte fick någon direkt, skulle få en hemskickad, efter att ha skrivit upp namn och adress. Alla fick även fika eller frukt efter loppet. Första tjej och kille i varje klass fick varsin blank pokal, som delades ut av chefen för Västerås Citysamverkan.



Segrare i yngsta gruppen var: Hanna Sundström och Filip Skog. Födda: 1996-98 - Sofia Hägg och Andreas Sundström. Födda: 1993-95 - Tilde Flodell och hennes syster Elsa kom tvåa.

Efter helgen var det en helsida i VLT om loppet, med flera bra bilder.

Årets vlt-lopp blev även en ekonomisk succé. Hoppas att det kan upprepas nästa år igen.

Massor av glada och energiska barn och många påhejande åskådare, gjorde att lördagshandlande Västeråsare såg alla funktionärer i sina röda VSOK-jackor, som en reklam för löpning och orientering.



Christina G

Två segrar i Eskilstuna!

Helgen den 13e -15e Juli avgjordes Eskilstuna Weekend i trakterna kring Kråksten 4 mil söder om Eskilstuna. Ett drygt trettio-tal Västeråsare dunderade fram i den relativt svår-orienterade skogen.

De som höll den rödgula fanan högst var en ålderman och en yngre junior. Tage Johansson gjorde processen kort med de övriga i klassen i H85, däremot fick Andreas Sundström kämpa desto hårdare i klassen H12. När han spurtade in på den sista etappen, av tre, vann han dock med närmare två minuter. Jämnheten i Andreas löpning var det som avgjorde till hans fördel. En etappseger lyckades han också kamma hem.

Tage Johanssons seger i H85 var lite enklare. Han vann över närmaste konkurrent med hela 41 minuter. Trots det, tyckte

Tage det var en ganska tung och svår tävling. Tage och de andra i klassen fick nämligen springa i samma klass som ynglingarna i H80 och det märktes långdmässigt tyckte Tage.

"När det blir lite längre och det är svår orientering, då tar det tid", säger Tage till Info-bladet.

Tage är dock nöjd att han



kunde genomföra tävlingen då han just nu har lite problem med ryggen. Ett problem som han dock hoppas är som bortblåst till 5-dagars.

Det var för övrigt Tage och Andreas som lyckades bäst på O-ringen förra året, med varsin 2a placering. En placering som Tage hoppas han kan förbättra med ett pinnhål i år. Han berättar också att han är väldigt taggad inför årets orienterings-äventyr i Östergötland.

"Vi är ett gäng grabbar som ska bo i en lägenhet i närheten av TC. Det kan bli riktigt kul", fortsätter han.

Info-bladet säger lycka till både till Tage, Andreas och alla andra VSOK-are

Terje

Foto: SEPRO

Shopping och orientering

Jag brukar förlägga min semestertävling till Hallands 3-dagars. Ofta går tävlingen i närheten av Ullared. Så gjorde den i år där man lockade med bokskogar två mil öster om Varberg. Tävlingen hade samma TC som årets natt-SM. Karin och jag slog läger med husvagnen på GeKås camping, vilket innebar att jag orienterar och Karin shoppar. GeKås

i Ullared har flest turister (över 3 miljoner) av alla Sveriges turistmål varje år.

Tävlingen samlade 1500 deltagare, därav tre från VSOK. Bäst av oss var Sofi Thorsell som slutade 4:a i D21L. Rickard Svensson kom 25:a i H21L och själv fick jag placering 16 i klassen H60.

Per Haepling



Sälenlägret

Varje år de senaste fyra åren har Malung/Skogsmårdarna arrangerat något som heter 3 + 3 uppe i Sälen. Det går ut på att man först tränar tre dagar för att sedan prova sina färdigheter under tre dagars tävlande. VSOK:are har deltagit på detta arrangemang under alla år på ett eller annat sätt. Under tecknad med familj var i år uppe för 4:e gången för att träna i underbar fjällterräng samt även ha lite semester med bad, fiske m.m.

Till årets läger var intresset inte så stort men en liten tapper skara av klubbmedlemmar fanns uppe under hela eller delar av veckan. Vi som varit med förut vet att kontrollerna sitter ute redan på söndag även om träningarna officiellt inte börjar förrän på tisdag. För att komma åt träningskartorna före de andra ringer man några samtal och hämtar dem sedan på OK/Q8 i Malung på vägen upp. Det gör att man kan köra det första passet redan på söndag när man kommer upp. Mycket bättre med karta än att göra som Jonas Lundin och jag gjorde ett år. Vi stack ut på fjället för ett pass på ca 60 min för att skaka av oss bilåkandet. Det slutade med att vi tappade bort oss lite grann, vilket gjorde att passet slutade på ca 2 tim. Min kropp var lite sliten hela veckan efter detta pass. Jonas sprang även 8:or runt mig på fjället.

Sälenfjällen är väldigt rikt karterade. Efter nästa års 5-dagars kommer det att finnas karta från Sälffjällstangen i söder och upp till Hundfjället i norr. För er

som inte förstår storleken på området som är karterat kan man översätta det till ca 20-25 kartor i storlek A4 med skalan 1:10 000 som sitter ihop. Träningsmöjligheterna är obegränsade.

Vid träningarna får man prova på ett flertal tekniska moment. Det moment som återkommer hela tiden oavsett vilken övning man företar sig är skråorientering. Ni som tänker vara med på 5-dagars nästa år skall träna mycket på kurvbild på skrå. Det kommer att vara det som är svårast att

hantera vid nästa års tävlingar. Fjälletapperna uppe vid Hundfjället innehåller en ny svårighet. Vad är skog/halvöppet/kalfjäll? Skillnaden mellan dessa är väldigt svår att avgöra i terrängen efter som allt flyter ihop. Passa på att nästa år köra något pass på en träningskarta för att förstå kartritaren och även själva se hur det ser ut.

Efter några dagars hård träning, bangolf med knott, fiske m.m. så var det dags för helgens tävlingar. Två tävlingar gick i år i Rör-

bäcksnäs. Där avgjordes fredagens sprint och lördagens medeldistans. Till tävlingarna anslöt flera klubbmedlemmar som kom från flera håll. Bl.a. fyra stycken konfirmander från Idre som deltog på lördagens tävling. Helgen avslutades sedan med långdistans på Flatfjället vid Myrflorentret. Dalarna genomförde även sina distriktsmästerkap på dessa distanser parallellt med de ordinarie tävlingarna. Resultaten från tävlingarna för klubbens medlemmar var blandade. Några åkte hem med vinst, några var mitt i och några lite mer efter.

Sammanfattningsvis

hade vi bra väder och bra träning. Alla som var där ser redan fram mot nästa års 5-dagars. Min förhoppning är att vi skall vara största klubb på 5-dagars nästa år. Anmäl logi till Bo Johansson och anmäl er till tävlingen redan nu. 5-dagars i Sälen 2008 är något som ni inte får missa. Logi i stugor med riktig säng, underbar terräng och mycket aktiviteter för både barn och vuxna. Tyvärr kommer det inga bilder till detta reportage eftersom de bilder vi har visar mig på avlyst område i Trollskogen.

Per "BABBE"
Sundström

Jukola 2007



En solig junikväll samlades ett trettiotal VSOK:are på Orientalens parkering för att med buss bege sig mot Österbotten i Finland och där delta i den stora Jukolabudkavlen. Tillsammans med OK Tor och Arboga OK fyllde vi en egen buss som vi hade tillgång till under hela resan.

Efter en lugn sjöresa i den vackra juninatten fortsatte vi resan de dryga trettio milerna i Finland innan vi

nådde vår destination, Lappo, knappa tioalet mil öster om Vasa.

Västerås hade för avsikt att delta med två damlag och tre herrlag i Jukola som i år samlade dryga 900 lag till damstafetten och hela 1370 lag i herrkavlen.

Bara några timmar innan damernas start fick UK ta snabba beslut och disponera om damernas båda lag. Jenny Johnson, vår duktiga brittiska, hade insjuknat och

en rockad med vår andra brittiska junior, Lizzie Adams fick kliva in i första laget. Andra sträckan fick sedan springas av Thea Lillehov, varefter Sofie Thorsell tog hand om tredje och Alva Olsson belade den fjärde, ankarsträckan.

Damernas förstalong klockades för ett slutresultat på 104:e plats. Utmärkte sig i förstalong gjorde Thea Lillehov som sprang mycket bra på sin sträcka där hennes lopp resulterade i en 19:e plats på etappen.

Andralaget bestående av Anna Thomasdotter, Therese Rosendahl, Helena Lindkvist och Åsa Holmgren noterades för en 257:e placering vilket kan ses som en förbättring från fjolårets 272:a placering.

Lördagskväll, skymning och start för herrarnas tävling. Våra tre herrlag ger sig ut tillsammans med det rekordstora startfältet. I det klara vädret och midsommartid blev det inte många timmars mörker denna natt.

Nattlampa behövdes endast på några av de inledande sträckorna. Efter nattens och morgonens batalj noterades de tre herrlagen för slutplaceringarna 64:a, 212:a respektive 481:a.

Ingen katastrof, men en skuffelse på damernas och herrarnas förstalong, som hade högre ambitioner än så. Även om lagens placeringar var något under önskvärda resultat fungerade det övriga under Jukolahelgen formidabelt. Transporter, logi, logistik under tävlingsdygnet var till stor förnöjsamhet för löpare och supportrar under tävlingsdygnet.

Efter bussresa, sedvanlig fotbollsmatch i Åboparken, smörgåsbord och festlig båtresa anlände lagen till Västerås på måndagsmorgonen något trötta, men med glada minnen och revanschlusta inför nästa års Jukola som avgörs i närheten av Tammerfors.

Magnus Öhling

Fem frågor till Gunnar Ivansson



Vilken funktionärspost har Du i VSOK?

Jag är en av tre i veterankommitténs styrelse, och så ansvarar jag för pappersarbetet runt Naturpasset.

Vilka funktionärsuppgifter innebär det?

Veteranverksamheten är i full gång med två träffar per vecka under nästan hela året. Antalet tävlande har ökat från ca. 75-80 till omkring 200 på torsdagstävlingarna sedan -97 då jag kom med.

Naturpasset har 40 kontroller ute under vår- respektive höstsäsongen. Vi har försäljning av kartpaket vid

Orientalen, ICA 1:an, Naturkompaniet och just nu även vid Café Anund eftersom kontrollerna sitter på Anundshögsladet. Där är det är ganska svår terräng för nybörjare, men man ville ha något i anslutning till det nyrustade turistmålet Anundshög.

Hur började Du med orientering?

På 50-talet bodde jag i Västerås och var med i VSK. Man började med korptävlingar, som bäst blev jag elitklassmästare -61. Sedan flyttade vi till Roslagen, där jag jobbade på Hallsta pappersbruk och gick med i Hävrödals

sportklubb. Då jag gick i pension flyttade vi tillbaka till Västerås och då blev det VSOK och veteranerna. Både barn och barnbarn orienterar, vi brukar ha familjeträffar vid sommartävlingarna - senast nu i Sälen och sedan blir det O-ringen.

Vilka utvecklingsmöjligheter ser Du för Naturpasset?

Att ha kontakt med omsorgs- verksamheten och landstinget. Det bör ses som friskvård att vistas ute i naturen med karta och kompass. Skolorna borde haka på i högre grad. Vi har en kontakt med Bo Nyström från Hässlögymna-

tiet och där har vi nu fasta kontroller på åsara intill.

Den 19 juli skall Öppna Kanalen göra en inspelning med Lennart Öberg och mig, och då vi skall propagera för orienteringen genom prata om veteranverksamheten och Naturpasset. Höstens område blir Råbyskogen. Där är det lite mer lättillgängligt och därigenom mer utsatt för sabotage.

Egen tävlingsverksamhet? Veterantouren och sommartävlingar mm.

Av Christina Gohde

Baltic Cup 2007 Polen



På vårkanten brukar det arrangeras en del flerdagars-tävlingar och särskilt runt Pingsthelgen. Denna Pingst stod Polen som värd för en 3-dagars tävling vid Östersjön kallad Baltic Cup. Tävlingscentrum var i den lilla staden Wejherowo inte långt från Gdansk.

Den här gången kom vi bilandes jag och Asta ifrån Vilnius. Avståndet ser inte så skräckinjagande ut på kartbladet, men och åter men, de polska vägarna är bedrägliga. De är krokiga, smala, backiga med mycket tung trafik, och så givetvis ska de gå igenom varenda by på vägen, vilka det finns ganska många av i Polen med alla sina runt 40 miljoner invånare. Det tog ungefär 11 timmar för oss att ta oss till Wejherowo.

Oftast brukar det inte vara många personer som jag känner igen på mina res-

mål, så döm om min förvåning när jag får syn på VSOKs färger bland orienterarfolket. Det visade sig att ett gäng herrar från Västerås också tagits sig hit för att springa. Det var Tore Kangas, Kuno Österlund, Hans Andersson och Lars-Erik Rask, alla i H65-klassen. För övrigt fanns det ovanligt många svenskar på plats och vid en snabb överblick kunde jag konstatera att det var fler svenskar än polacker här.

Första etappen var en sprint/kortdistans i söderkanten på staden i tuffa bergsslutningar. Start och mål och parkering var mycket centralt beläget på ett och samma ställe på en idrottsplats.

Näval det blev mycket tufft denna etappen. Den kraftiga kuperingen gjorde sitt till samt vädret som var inne i en värmebölja som

inte har skådats på länge. Solen strålade på molnfri himmel och temperaturen var runt 32 grader.

Jag var mycket trött under och efter loppet och svettades kopiöst och hade det varit så här kuperat alla tre dagarna så hade jag aldrig tagit mig runt. Terrängen var väl inte alldeles olik den vi har i skåne med sina bokskogar och backar och diverse slypartier.

Andra dagen var det inte alls så kuperat tack och lov men solen var fortfarande stark. Under natten hade det regnat ordentligt så skogen var rejält blöt. När vi närmade oss TC:t för dagen som låg några mil från Wejherowo så ångade det härligt mystiskt från marken.

Det var klassisk distans och min bana var ca 11 km och såg ganska lätt ut på kartan men jag hade svårt att få något riktigt grepp

om orienteringen. Terrängen var ganska diffus och med en ekvidistans på 2,5 m var det inte så lätt att se en-kurves-höjderna. Skogen var av annorlunda karaktär än första dagen. Nu fanns det mer blandskogs-partier (ibland ganska tät) och en hel del mossar och kärr. I och med att det var så blött i skogen tjänade

och till och lyste upp hela himmeln. Ett tag small det så högt att jag trodde blixten slog ner intill oss.

På natten till söndagen blev det inte mycket sovan-de. Ett gäng galna polacker hade intagit hotellet och förde oväsen hela natten med att springa runt och skrika i korridorerna och smälla i dörrarna. Jag trodde det var brukligt att man är tyst efter 22 på hotell men tydligen inte i Polen.

Tredje dagen och tredje loppet, som gick på samma ställe som dagen innan. För min del gick det riktigt uselt men så är det när man inte kan koncentrera sig längre. Jag tycker inte heller kartan var särskilt bra ritad. Men det blir kanske så när man vänjer sig med kartor från kända kartritare hemma i Sverige. Man lär ju sig efter ett tag hur de ritat sina kartor.

Jag tappade en placering men fick samma slutresultat sammanlagt som innan



man på att försöka runda dessa när det gick.

Efter loppet passade Asta och jag på att se Gdansk. Det är en gamla Hansastad med stora torg, korsvirkes-hus och vackra gränder. Fullt med turister vart man än såg men staden är väl värt sitt besök. På vägen tillbaka till vårt hotell i Wejherowo öppnades himmelens kranar. Jag hade det på känn eftersom det hade varit en enormt tryckade hetta under dagen. Regnet vräkte ner över landskapet och bilen så vi knappt såg ut genom rutan fast vindrutetorkarna gick för fullt. På vägen samlades vattenpusslar stora som mindre sjöar och ovan på detta blixtrades det från

start eftersom en löpare före mig ej kom till start. Det var inga glada miner i övriga VSOK-laget heller. Övriga tappade inför sista etappen och själv hörde jag Tore muttra efter loppet "hur kan man orientera så dåligt" och det var bara för mig att instämma.

Rätt snabbt efter loppet satte vi oss i bilen för hemfärd mot Vilnius men innan dess ett stopp på Ikea i Gdansk och vad passar då bättre än ett rejält mål mat med köttbullar och lingonsylt. Ungefär halv ett på natten var vi trötta tillbaka i Vilnius igen.

Patrik G

