



Arosträffen 2008 – till slut en solsenshistoria



Tävlingsledningen hade säkerligen kalkylerat med ett större antal anmälda när den ordinarie anmälningstiden gått ut knappa två veckor innan tävlingsstart. Endast ett 350-tal löpare hade då anmält sig till vardera av de två tävlingstill-fällena, medeldistans på lördagen och långdistans på söndagen. Inställda tävlingar tiotalet mil bort på grund av snö och vintriga förhållanden gjorde dock att årets Arosträff fick ett ovanligt stort tillskott av efteranmälda och direkt-anmälda som lockades hit av barmarken. Detta gjorde att dryga 600 anmälda för lördagen och ett 450-tal löpare för söndagen kunde räknas in.

Tävlingscentrum var beläget på Rönaby, strax söder om Rönbyvägens slut, och var till stor förtjusning för löpare och arrangörer. En arena värdig ett större arrangemang fick tillsammans med banorna gott betyg av deltagarna. Nytt för året, och kanske även för svensk nationell orientering, var att man i en speciell klass fick använda sig av så kallad GPS-teknik. Detta innebar att man innan start kunde ladda ner de koordinater man skulle besöka i sin medhavda GPS-utrustning. Nu blev kanske inte klassen någon deltagarmässig succé, men den skapade dock en viss uppmärksamhet i media.

Något dystra väderprognoser i veckans inledning gjorde att den klarblå himmeln som uppenbarade sig på lördagen, och de solsensstrålar som hittade fram på lördagen kändes extra välkomna. Till syven och sist kunde helgen sammanfattas till ett arrangörsmässigt lyckat arrangemang, där samtliga VSOK: are som dragit sitt strå till stacken skall känna stolthet och förnöjsamhet.

Magnus Öhling

Fler bilder på nästa sida.





Måsenkavlen

Efter en dålig nattsömn så lyckades Anna Zetterberg bra på första sträckan, 15:e plats och drygt 4 min efter tåten.

Åsa Holmgren som gjorde en rejäl boom i början växlade in på en klart godkänd 39:e plats för andra laget.

I den svårorienterade terrängen blev tids skillnaderna stora. Tåtlagen drog ifrån och Cecilia växlade som 16:e nu 9 min efter.

Cecilia var nöjd med sin orientering, det var faran i benen som saknades. Så klart godkänt för första tävlingen i år.

Anna Thomasdotter som dras med en knäsmärta gjorde det hon kunde och plockade tillbaka en pinne så slut placeringen för första laget blev 15:e av de 74 lag som startade.

Det är ett resultat som vi är nöjda med och som ger mersmak till Rånäs-

kavlen då vi ska kämpa om en topp 10 placering.

För andra laget så fick Sofia inte orienteringen att stämma och växlade över till en annan lätt skadad tjej på en 55:e plats.

Tyvärr kände Elin av sin vrickning från påskens tävlingar och blev tvungen att bryta vid varvningen.

Per Andersson



Final i vårsolen!

Det var ett bra vårväder som mötte de drygt 40 orienterare när det var final i Spik-Cupen söndagen den 16e mars.

Finalkampen ägde rum på historisk mark ute vid Anudshög strax öster om Västerås.

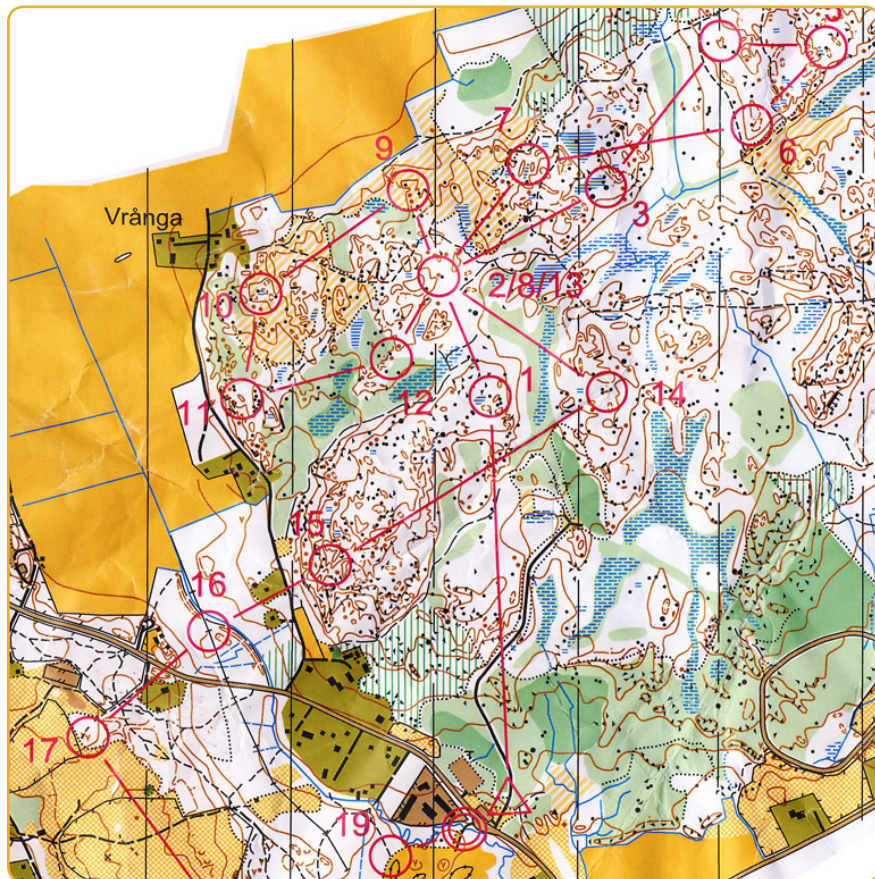
I den annars smått risiga skogen hade banläggarna lagt ett antal trevliga banor i de finaste områdena. Visst, det var ganska mycket röjt sly på marken men det drabbar ju bara de som tycker det är jobbigt att lyfta på fötterna. (så som undertecknad)

På korta banan spurtade Anna Hall sig till en seger och på mellanvarianten lyckades Martin Juhlin

bäst med en bra tid. Anna Zetterberg kämpade också på bra i skogen och på lätta ben visade hon att VSOKs damer är att räkna med även i år.

På långa banan fick vi besök av en landslagslöpare, nämligen den gamle Väst-eräsbekantingen Mattias Millinger, och Mattias gjorde inte bort sig i de blågula färgerna. Han dundrade fram genom terrängen på den mycket snabba tiden 51 minuter på 8.2 kilometer. VSOKs Anders Österlund och Håkan Andersson var inte långt efter och ska inte skämmas över att vara 2-3 minuter efter Mattias.

/Terje



Vårpremiär i snö och kyla

De flesta av oss gjorde vårpremiär på Ärlas påsktävling 21 mars. Efter en varm vinter och tidig vår, väntade man sig en tävling i härligt vårväder. Men vintern hade kommit tillbaka, så temperaturen låg kring nollstreck och tävlingsmarkerna var täckta med nysnö. Det var alltså spårnsnö. Tävlingen avslutades dessutom i ymnigt snöfall! Det blev ombyte vid bilen och kaffe inne i bilen.

VSOK fick seger genom

Kuno Österlund i klassen H70 och i klassen H12 blev det dubbelseger genom att August Mikaelsson vann 15 sekunder före Andreas Sundström.

Inte heller Kjulas tävling 24 mars bjöd på något vårväder. Kallt med lätta snöflingor och spårnsnö i skogen. Tävlingen hade över 900 anmälda löpare, men många kom inte till start på grund av väderet och på trafiksvårigheter på vissa håll.

Lennart Öberg H75 och Kuno Österlund H70 vann sina klasser. I klassen H35 fick VSOK en trippel genom Magnus Öhling som segrare med Jonas Lundin tvåa och Jens Andertoft trea. Andreas Sundström tog revansch och vann med knappa minuten över August Mikaelsson i H12. Andreas vann klassen och August kom trea.

Per Haeppling



Fem frågor till Inger Gunnarsson



Vilken funktionärspost har Du i VSOK? -Och vilka funktionärsuppgifter innebär det?

Jag är med i Ungdomskommittén och ledare för orange/violetta gruppen.

Det finns två grupper som vi har på träning i klubben: vit/gul för (8)10-12-åringar och orange/violett för 13-16-åringarna. Det är för närvarande ca. 30 ungdomar i varje grupp och vi är sex ledare. Under tisdagar i april använder vi ett material, som givits ut av SISU-idrottsböcker i samarbete med Svenska Orienteringsförbundet. Det heter 'Full koll' och tar upp olika former av orienteringsteori: t.ex. kompassövningar, kurvbilder och vinnande vägval. Vi kör det i studiecirkelform under fem tillfällen.

Vilket är målet för ungdomsträningen i klubben?

Att alla i grupperna skall känna att det är kul med orientering och kunna delta på sin egen nivå. Under de ungdomskavlar som vi är med i, så toppar vi ett förstalag och sedan blir det 3-4 jämna lag. De flesta ungdomskavlar har tre sträckor för flickor respektive pojkar. Det är väldigt svårt att få med ungdomar i verksamheten, som inte har engagerade föräldrar p.g.a. biltransporterna mm.

Hur började Du med orientering?

Pappa tog med mig och mina två yngre systrar på en nybörjarkurs till IFK-Hedemora -82. Då jag var 15 år, sedan fortsatte jag som junior och senare som senior i D21E, som bäst var jag 88 i Sverigerankingen. Efter gymnasiet och några år som elektriker i Hedemora, flyttade jag till Västerås och träffade Nicklas Ahlström. Våra barn: Madeleine och Jacob är också orienterare i klubben.

Vad är aktuellt just nu?

Vi planerar VPT (Västmanlands Park Tour), med grannklubbarna i Väst-

manland. Det är final i på den i juni. Vi planerar även för Ung-VM (Västmanlands Mästerskapet): som körs under hösten -08. Jag ansvarar just nu (ve 9) för fredagen på Viking (-natt-etappen) tillsammans med Lars- och Nicklas Ahlström.

Egen tränings- och tävlingsverksamhet?

Jag träningspringer med ungdomarna på tisdagar och torsdagar. Jag tävlar lördag/söndag under säsongen i D40. I sommar skall jag vara med i Sälen-O-ringen.

Christina G.

Sällsamheter i OL-terrängen – eller vad gömmer sig under dobbarna (4)

Här kommer den fjärde artikeln i INFO-bladet under rubriken Sällsamheter. Jag har tänkt att även denna gång göra en betraktelse med utgångspunkt från istiden, denna dramatiska period i vår geologiska historia. Nu ska det handla om isräfflor och flyttblock. Ingen orienterare har väl lyckats undgå att lägga märke till flyttblocken, det vi på kartorna vanligtvis kallar för stor sten. Kollar man bergarten i blocken kan man dock ibland inte hitta något samband med berggrunden på platsen. Men hur har dom i så fall hamnat där dom ligger?

Vi återgår i tanken till det 2000 meter tjocka istäcke som låg över Skandinavien och som flöt i en plastisk rörelse ut mot kanterna (se artikel 1). Trycket och rörelsen bröt loss material från berggrunden i alla tänkbara fraktioner, från de allra finaste korn till stora styckena av berget. Det är här flyttblocken skapas. Dom kunde bli liggande på plats eller transporteras med i isens rörelse. Förflyttningen kunde bli lång, antingen fast i isen eller inneslutna i isberg som drev iväg i smältvattensjöar eller hav. Någonstans på resan stannar rörelsen av, isen blir liggande och smälter till slut. Och där ligger blocket på backen till synes utslängt av en jättes hand.

Den här färden har dock inte skett obemärkt utan har lämnat spår efter sig. När block och annat löst material släpper och

släpar med i isens rörelse skrapas och slipas den underliggande berggrunden. Hårda bergarter i det lösa materialet gräver djupare och lämnar tydliga repor efter sig. Det är dessa spår geologerna kallar för isräfflor. Räfflorna syns överallt där berget går i dagen i form av rundade hållar. Den sida av hållen som mötte isens rörelse är vanligtvis rundslipad och kallas stötsida medan den motsatta sidan som är brant och skrovlig kallas plocksida. Det var från plocksidan större stenar och block bröts loss. Räfflorna visar också i vilken riktning isen har rört sig på den aktuella platsen.

Just här i Västeråstrakten och ned mot Sörmlands sidan finns en mycket intressant iakttagelse. Vi har haft isströmmar från två olika håll. Den äldre av dessa har kommit från nordväst och är en fortsättning på den stora huvudströmmen som rann ned från Dalarna. En något senare ström i riktning från Gävletrakten har tagit över och har på något sätt trängt undan den första. Fenomenet har lämnat spår efter sig på så sätt att räfflor tydligt korsar varandra. Spåren kan studeras på många platser. Ett näraliggande exempel finns på en håll på Mariaberget ca 100 meter söder

om Fryxellska skolan. Den är lätt att hitta om man går från skolan mot högsta delen av berget. Gå dit och kolla. Du som vill studera isräfflor i stor skala kan bege dig till Djäkneberget och vandra runt på berghällarna som omger den stora gräsplanen vid restaurangen. Dom syns överallt och jag vill uppmana till att ta en särskild titt på den stora jämna hållen som ligger vid restaurangens norra vägg. Den är magnifik i sammanhanget. Cirka 60 meter nordväst om restaurangen finns även en håll som har en tydlig stötsida och plocksida.

De riktigt stora flyttblocken har ofta varit förknippade med historier ur sägner och folktro. Många har egna namn. Folk förr i tiden hade en annan relation till naturfenomen av det här slaget än nutidsmänniskan. Jag vill avsluta med att visa en bild på det maffigaste flyttblocket jag har skådat. Det ligger i Rapadeltat i Rapadalsens mynning i Sareks nationalpark ca fem kilometer väster om Aktsehemmanet. Bästa tiden för ett besök på platsen är per skidor på vårvintern. Blocket syns på långt håll där det sticker upp över björkskogen.

Ason



eTime goes TRNC

”Welcome to the Turkish Republic of Northern Cyprus” står det på skylten när vi passerar gränsövergången från södra Cypern till Norra sidan en bit västerut från huvudstaden Nicosia.

TRNC är landet som egentligen inte finns. När den sittande ärkebiskopen som var president i landet Cypern störtades i en statskupp 1974, föranledd av grekcyprioter understödda av militärjuntan i Grekland, dröjde det inte länge innan Turkiet intervenerade och skickade trupper till landets norra delar för att skydda dess turkiska minoritet. Sedan dess har landet varit delat trots flera ihärdiga försök att ena landet. Så 1983 utropades Turkiska Republiken av Norra Cypern, en självständighetsförklaring som hittills endast har erkänts av Turkiet. Detta har gjort det lilla ”landet” isolerat och det har fått föra en tynande tillvaro jämfört med den rikare södra sidan.

matta ritad som tomtmark, mossgrön istället för gul som den borde ha varit eftersom man fick lova att både gå och springa på gräset. Konturlinjerna var tjocka som murar och en del murar fick beteckningen stenmurar. Bortsett från detta var det inget fel på noggrannheten hos kartan. Allt stämde bra.

Sportchefen, vars namn var Özkan, gladdes så över vårt kommande besök på universitetet att han bad oss ordna en liten tävling där. Vilka var då vi. Förutom mig själv, följde även Peo Bengtsson med och hans sambo Ulla Engelby. Det fanns ett stort intresse av att få springa med ett elektroniskt stämplingssystem och särskilt intressant var det eftersom ingen av deltagarna vid universitetet hade prövat på ett sådant system tidigare. Jag funderade ett tag på hur jag skulle kunna lösa det problemet. Att försöka låna ihop ett set med Sportident-prylar och släpa

VSOK:are som har varit med ett tag i klubben har säkert testat på eTime ett antal gånger på klubbträningar och interna tävlingar typ Spikcupen. Systemet är utvecklat i klubben av Ortman/Bergman och fungerar likt Sportident med en liten bricka som man stämplar med (och sedan inväntar ett blink och/eller ett pip). Entusiasmen var stor bland deltagarna att få

varandra och lätta att förväxla i stridens hetta. Universitetsområdet var nytt och fräscht och inte en gata var ostadad och inte ett grässtråk oklippt.

Jag agerade både tävlingsledare och startchef. Sju stycken, både studenter och lärare, ställde upp från skolan och så vi tre från Sverige. Jag ordnade en startlista lite snabbt med 3 minuters mellanrum för de startande och därefter blev det en genomgång av eTime, vilket de fattade snabbt hur det skulle användas. Vi byggde upp både en start och ett mål med banderoller fastän den hårda vinden gjorde sitt bästa för att blåsa sken solen och det var allmänt behagligt i luften.

Det var idel glada miner när de tävlande kom i mål. En del hade ganska snabba tider medan andra hade ett promenadtempo. Nu ska sägas att för många var det första gången som de sprang orientering och för några bara andra eller tredje gången. Själv sprang jag banan när alla hade kommit

i mål och lyckades släpa bästa tiden ytterligare några minuter.

Alla var imponerade över systemet och vårt lilla arrangemang och hoppades att vi skulle komma tillbaka fler gånger. Özkan hoppas kunna arrangera något större i framtiden med fler deltagare både från Turkiet och från Norra Cypern. Vi tackade för gästfriheten och jag överlämnade en sprintkarta som jag hade själv ritat hemifrån med hjälp av flygbilder och foton. Kartan var ritad över Famagusta (hamnstad i östra delen av TRNC) och var inte helt usel ritad, men tyvärr så låg 2/3 av kartan på förbjudet militärt område visade det sig. Jodå jag provsprang givetvis min egen karta också men det är en helt annan historia.

Stort tack till Ortman och Bergman som lånade ut eTime.

Patrik G



Vi är på väg till staden Güzelyurt som den heter på turkiska eller Morfou på grekiska. Ibland finns det t.o.m. tre namn för samma ort, ett turkiskt, ett grekiskt och så ett brittiskt. Nåväl staden ligger i nordvästra Cypern och är en av de större städerna i TRNC. Strax norrut från staden ligger ett stort, nybyggt universitet. Det är dit vi ska. Universitetet är byggt med pengar från Turkiet och majoriteten av de studenter som går där kommer från Turkiet. Över universitetsområdet med dess campus finns en sprintkarta framtagen. Den är baserad på en arkitekttriktning och har därför lite annorlunda utseende. Lite olyckligt att de inte ritade kartan med standard symboluppsättning för sprint istället. Bland annat så blev all gräs-



med kändes inte speciellt lockande. Alla vet ju hur stor bara en enhet är.

Nä det var uteslutet. Då slog mig idén som gav eTime sitt internationella genombrott. Om jag för en sekund får ikläda mig hatten som säljare kan jag beskriva eTime som ett litet smidigt och kompakt system för att kunna ta tid. Alla

pröva på ett e-stämplingssystem.

Jag och Peo konstruerade på ankomstkvällen en bana som vi skulle springa på dagen efter. Vi lyckades få ut en banlängd på 2.3 km efter lite sträckor i kors och tvärs. Nästa dag efter en stadig turkinspirerad frukost (ett par svarta oliver, några gurkskivor, ett ägg och så lite fetaost plus en baguette och te) satte vi ut alla kontroller på morgonen och därefter ritade in alla banorna med några små banjusteringar. I brist på riktiga skärmar fick vi låna ett par eleganta av papper istället. Det gick att lägga en del ”svåra” kontroller på banan eftersom det fanns både höga murar och en hel del terrasser med ”stup”. Dessutom var bostäderna på området mycket snarlika

