



vlt-Loppet

Årets vlt-lopp inramades som så många gånger förut av ett strålande väder. Det gjorde också att många blev löparsugna och direktanmälde sig. Det blev ca 160 löpare totalt i de tre kategorierna. De

äldsta sprang som vanligt två varv på banan som mätte 1 km medan de yngsta sprang ett varv. Alla våra ungdomar gjorde jättefina insatser och flera låg långt framme vid målgång. Den som lyckades allra bäst var Hanna Sundström som var bästa tjej i klassen födda 1999-2001. Grattis!

Städning efter PowerMeet -10



För tredje året i rad hade vi fått städningen efter PowerMeet-crusingen. Det var extra viktigt som inkomstkälla, eftersom det inte blev någon Arosträff i år. Vår tävling blev ju inställd på grund av snöhin-der, denna extremt kalla och snörika vinter. Men den kylan kom ingen ihåg när cirka 55 VSOK'are kom till ICA-parkeringen vid Sjöhagsvägen kl. 08.30 på söndagsmorgonen. Det var lite svårt att få ihop tillräckligt med folk till städningen när Eskilstuna Weekend gick samtidigt. Folket räckte dock till eftersom vi inte skulle ta Mälarcampingen i år. Den är inte längre kommunal-

ägd och de löser därför städningen på eget sätt. Jag läste i VLT på måndagen, att ett tiotal städare i röda T-shirts städade camping- en. När vi var klara med vägen och cykelvägen mot campingen vid 14-tiden, såg jag att ett tjugotal personer, som tog på sig hanskar för att rycka in med städningen där. De var från idrottsklubbar från Irsta enligt VLT. Stackars dom, för det var minst lika mycket nedskräpat där som tidigare år.

Städgeneralen Håkan delade ut städområden. Den grupp som jag var med i fick det stråk, som jag även hade förra året. Vi gick från Svartåbron vid ham-

nen mot Röda torget och sedan under järnvägsbron mot korsningen vid Kopparbergsvägen. Det var en städgrupp kort i år, så vi städade hela den sträckan innan lunch. En välbehövlig fikarast tog vi sittande i den så lämpligt utsatta soffan vid de nybyggda husen intill vägen. En tjej kom ut som ägde den, och vi sa att hon måste ta in den innan sopbilen kom, för annars skulle den nog tas med när säckarna samlades in.

När hela crusingvägen var klar, skulle vi alla hjälpa till med Lögarängen, Hammarbyrampen och Johannesbergsvägen mot Mälarcampingen. Det sista städområdet var båtupplägningsplatsen intill campingen. Där låg några



utfestade campare och sov i solen, när de omringades av våra städare med blåa sopsäckar och plockare. De tog hand om det stora antal ölburkar, som täckte marken runt omkring. Vi fick även ta med hela tältet till sopsäcksuppställningen.

Årets städning klarades av snabbt och effektivt trots kvävande värme och ersättningen till klubbkassan blir välbehövliga 70000 kr.

Christina

ESKILSTUNA
VECKAN
Eskilstuna Weekend
10
9-11 JULI



Årets arrangemang, det 27:e i ordningen, hade en ny konstellation av arrangerande klubbar. Årila IF hade i år gått in som arrangör tillsammans med IK Standard då Eskilstuna OL valt att hoppa av samarrangemanget. Den första etappen avverkades i centrala Årila med tävlingscentrum vid klubbens egen lokal, Åsborgen. Sedan flera år tillbaka arrangeras Eskilstuna Weekend med start på fredagkvällen med förkortade banlängder varefter man startar om med klassiska distanser på lördag respektive söndag. Terrängen var typiskt sörmländsk småskuren, med mycket detaljerade höjdparter.

Antalet VSOK:are blev i år till stor del decimerat på grund av att den sista etappen krockade med städningen av Power Meet som klubben åtagit sig. Framskjutna placeringar kunde dock noteras för Sanda Näslund med en fin 4:e

placeing i D14, samt Alva Olsson som belade en fin andra plats i damernas huvudklass efter en fin avslutning på den sista dagens etapp där hon plockade två placeringar i jaktstarten.

Magnus Ö



Kompassfodralet 2



Ingen skall påstå annat, än att INFO-bladet läses och föder aktivitet. I går fiskade jag upp ett paket ur postlådan innehållande ett trevligt brev och ett kompassfodral med tillhörande kompass. Ägaren är en gammal VSOK-medlem, Karl-Gustaf Ankarmo, och han hade läst min lilla betraktelse och tyckte att jag borde ha ett fodral efter alla dessa år av fodrallöshet. Hans berättelse, som jag fick mig till livs under ett mycket intressant telefon-samtal härrörde från en tid, då inköp av en kompass inte var helt självklart.

Karl-Gustaf berättade om hur han fick smak för

vår kära idrott genom att "sitta på kontroll", men det egna orienterandet hämmades av brist på kompass och dessutom av för låg ålder. Pojkar i 14-15 årsåldern ansågs då för unga för vår sport! Vi skriver mitten av 1930, då, trots knappa förhållanden, Karl-Gustaf för egna, sparade pengar till slut kunde skaffa sin kompass med tillhörande fodral till det facila priset av 12 kronor. Det blev så småningom orientering i Castor, Östersund, på 100.000 -delskarta, och inte minst skidbudkavle, där Karl-Gustaf deltog på SM flera gånger med såväl andra- som tredjeplaceringar.

Angående kompassen finns en mindre skråma på kompasshuset av metall. Det beror på, att den stolte ägaren vid ett kläd-ombyte varit oförsiktig nog att lägga sin skjorta och kompass för nära ett stängsel innehållande en kossa. Plötsligt hade kon skjorta och kompass i munnen, men då Karl-Gustaf med ett tillhygge bankade kossan i huvudet släppte hon

till slut sitt byte. En kotand lämnade dock efter sig ett minne som har stått sig i alla år. I övrigt är såväl kompass som fodral i utmärkt skick och vi kom överens om, att donera dyrgripen till VSOK:s samlingar. Karl-Gustaf, född 1921, blev, som han själv uttryckte det, ingen riktigt bra orienterare, och arbete och familj tog överhanden. Skogskarl sedan

1947 säger dock en hel del om Karl-Gustafs kvalitéer och kärleken till sporten finns förstås kvar. Som västeråsare sedan många år utnyttjar han gärna Veckans bana och Trim/Naturpasset, där han kan ta sig fram i egen takt och njuta av naturen och samtidigt leta de kära skärmarna. Ett brev betyder så mycket, postens slogan för många år sedan, och det är verkligen sant! Jag gick och småskrattade större delen av kvällen med kompassen och fodralet på hedersplats!

Torsten Lund

Mini-semester med Tjust 2-dagars

För att anpassa semester och sommartävling med hänsyn till att vara med på PowerMeet-stadningen, valde jag att delta på Tjust 2-dagars, 6-7 juli.

Tävlingen är två separata tävlingar och de avgjordes fyra mil NV om Västervik. Karin och jag tog husvagnen och åkte till Söderköping vid Göta Kanal, där vi stannade några dagar. Här är det mycket trevligt nere vid kanalhamnen där det finns många restauranger och caféer. Hamnen är full av folk och fritidsbåtar som är ute på sina kanalfärder. Vi gjorde också några cykelutflykter längs kanalen med många slussar.

Efter Söderköping åkte vi till tävlingen, där man ordnat med camping intill TC. Tävlingen hade samlat

ca. 700 deltagare.

Terrängen bestod av detaljrik skogsmark, rätt så kuperad och löpvänlig. Första dagen hade jag en bana som gick i kors och därmed strulade jag till det och fick en dålig placering. Andra dagen gjorde jag bättre ifrån mig och fick en godkänd placering (tyckte Karin). Karin och jag avslutade med ett besök i Västervik med shopping och restaurangbesök, innan vi dagen efter åkte hem till Västerås och PowerMeet-stadningen.

Jag var inte ensam från VSOK på tävlingen. Fem löpare till fanns på plats och bästa placeringen blev Robert Palms 3:e placering i H35, endast en minut från seger.

Per Haepling



Jukola

Det kanske inte var Västerås SOKs år på Jukola i år. Herrarnas första lag slutade på beskedliga 258:e plats i den ganska svåra finska skogen.

Damerna däremot ska inte skämmas när de spurtade in inom de 100 på 93:e plats. Men Jukola är så mycket mer än bara orientering. Gunilla Boman förevigade några ögonblick från årets resa.

Terje L



*Andreas tänker med sammanbitna läppar * men snabba dig då för... - vi har ju bara en halvtimme kvar på den fria buffén...*



Lagledaren Richard Svensson pratar allvar med tjejrna. - Ja ja, det är fri dricka i buffén, men bry er inte om det nu...



Per håller benhårt fast vid sin ståndpunkt att han åker på Jukola för den spännande och utmanande orienteringen.



Eva och Malin diskuterar hurvida det finska skattesystemet på alla plankan jämföras med det svenska. Robert och Anna hänger inte riktigt med i diskussionen.

Klubben har slutat sälja Bingolotter varje vecka! Man kan däremot abonera på lotter och får då dem hemskickade med posten.

**Inger Eriksson tel. 021-333312
har blanketter för detta.**

Läsö 3-dagars, Danmark



Semesterplanering i full gång. En vecka i Örebro finns med på listan över tänkbara aktiviteter och O-ringen är ju alltid ett hett alternativ. Som av en händelse får vi nu ett tips av goda vänner som i sin tur blivit rekommenderade ett arrangemang i Danmark. Upp med kartboken och efter lite uppförskning av de skandinaviska geografi-

kunskaperna hittar vi ön Läsö där det enligt vår nyligen tillkomna information ska finnas ett tre-dagarsarrangemang i Juli. För er som liksom mig hade bristande kunskaper och ännu inte slagit upp kartboken kan jag upplysa om att Läsö är en ö som ligger mitt emellan Danmark och Sverige. Sagt och gjort anmäler vi oss till tävlingarna

och bokar med en annan familj ett hus för en veckas semester inkluderat orientering, kan det bli bättre?

Några veckor innan avresa träffar jag några danska kollegor och jag passar på att rådfråga dessa vad man skall passa på att göra när man befinner sig på Läsö. Ja, ett par dagar kan vara trevligt på Läsö...ska du vara där en vecka hinner du se allt flera gånger om får jag till svar från min danske vän.

Väl på ön finner vi oss väl tillrättade, en perfekt semesterö, med sandstränder i princip hela vägen runt den cirkelformade ön. Till en orienterarens förtjusning innefattar den också ett större skogsparti, "storskog" med danska mått mätt. Tävlingarna var också liksom resten av ön väldigt gemytliga. En "by-sprint" inledde, där man verkligen fick springa runt på de smala gatorna, leta kontrollor i hamnen och finna bästa vägen på de strandnära sanddynerna.

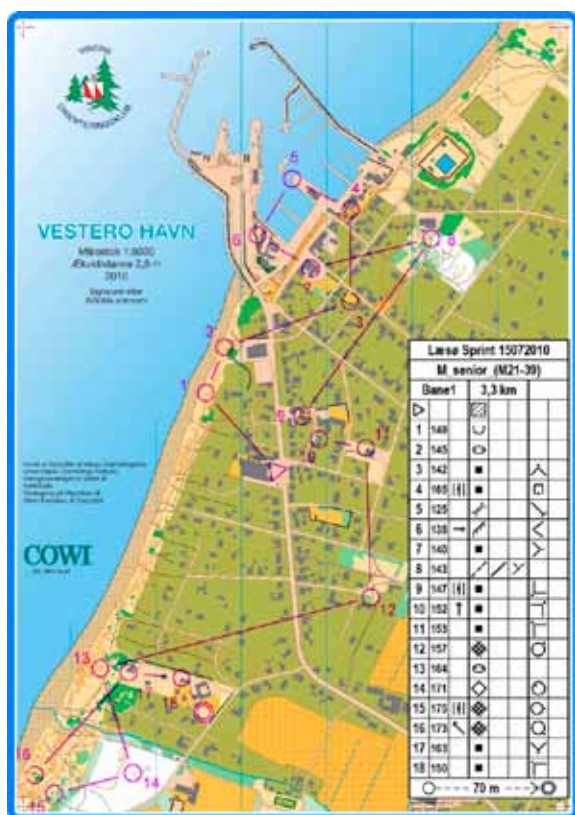


Kontrollplacering inne i sjöbod, därav min förvånade blick

Lördagen och söndagen genomfördes i skogsterräng. Dels i detaljfattigt platt skog, men också med "brunbildsorientering" i de intressanta bevuxna sanddynsformationerna. Målplats på den vita kilometerlånga sandstranden gav en alldeles extra

krydda och befäster arrangemangets prägel av en alldeles utmärkt semesterorientering. Och hur tror ni arrangörerna löste duschproblematiken? Inga problem, 30 grader, sol och målplatsen belägen vid sandstranden.

Magnus Ö



TjejVättern -10

Motionscyklingen vid Vättern bara för tjejer, gick i år för tjugonde gången. Det var en väldig motvind de första tre mil. Sträckan är numera tio mil och går söderut mot Vadstena samt över Om-

berg. Den vänder tillbaka förbi Rökstenen och Skänninge. Intill Rök hade "någon idiot" hållt ut smånubb på vägen, så att över 570 cyklister fick punktering. Det ansågs som ett regelrätt sabotage.

Den starka vinden gjorde att delar av återfärden mot Motala gick i över 40km/h på plan mark. Efter målgång får alla medalj, diplom och mat i form av potatisbullar, sallad och lättöl.

/ Christina



Vansbro Tjejsim -10

I år var det rekordvärme i Västerdalälven (ca 20 grader). De flesta hade våtdräkt ändå, men det är inte alls nödvändigt nästan oavsett temperatur. Det var jätteskönt med svalkande vatten mot kinderna, sedan

man gått i efter uppvärmningen på stranden. Gympan leddes som vanligt av Ylva Qvarfort, vars far Mats kom på idén om klassikerloppen 1971.

/ Christina