



UTMANING I MOSSFOTBOLL 1994

VSOK:s elitherrar brukade spela fotboll i en sumpig mosse som en extra träning och för att ha lite omväxling till all löpträning. Ulf Larsson tyckte det var dags för att testa klubbens talanger i en fotbollsmatch. Han kontaktade "Jotte" Nilsson som var tränare för Gideonsbergs IF allsvenska damlag i fotboll. "Jotte" var lite tveksam om att anta denna utmaning mitt under den allsvenska säsongen. GIF hade aldrig hört talas om denna version av fotboll och än mindre spelat. Men nyfikenheten tog överhand och damerna antog inbjudningen.

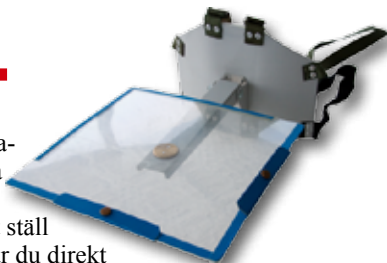
Det blev match i Stingsmossen i Surahammar en kväll i augusti, året var 1994. Lagen bestod av sex spelare på varje sida. Vanliga fotbollsregler gällde men med en beachvolleyboll. Matchen varade i 2 x 10 minuter och mellan fotbollen spelade lagen rugby i 2 x 5 minuter. Häftigt och jobbigt. Tjejerna var duktiga, tuffa och bjöd hårt motstånd. Till slut vann VSOK-killarna. Trots förlusten var tjejerna nöjda och tyckte det var en rolig match och ville bjuda tillbaks på ett liknande jippo!

Tilläggas kan att matchen sändes i TV i ett senare program.

Per Haeppling



Skid-OL



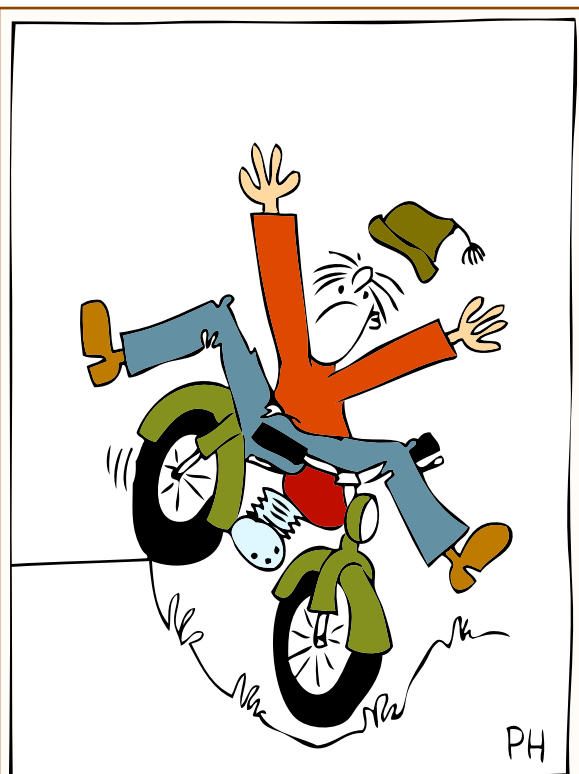
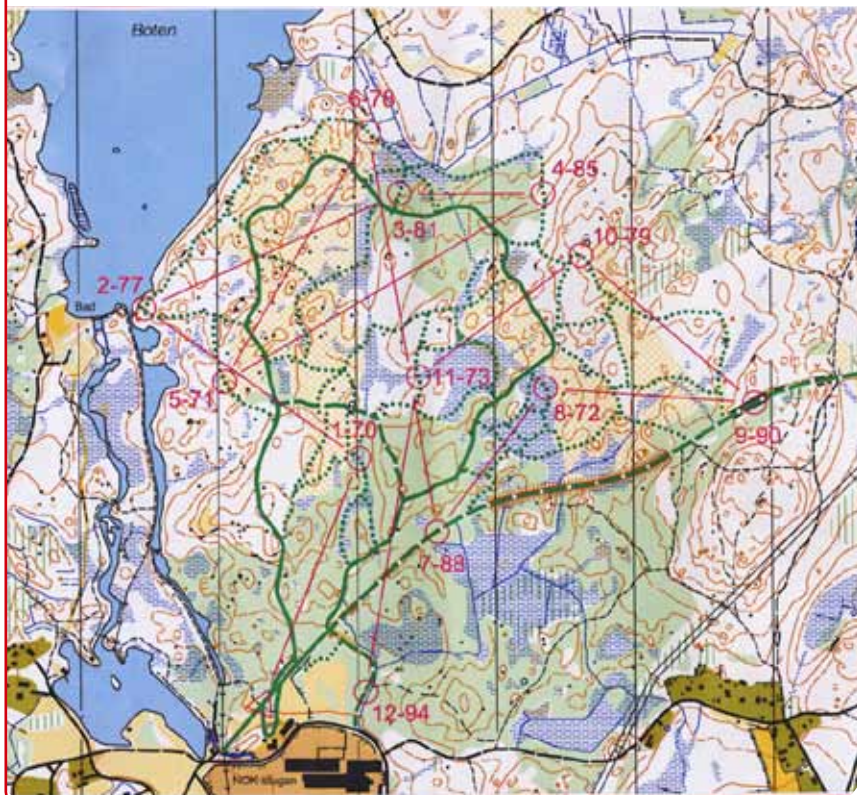
Har du provat på att åka skidorientering? Vi var många som var lite ringrostiga eller till och med var ute på vår premiärtur på Norbergs öppna-KM. Men hur svårt kan skidorientering vara när det finns en massa skoterspår som man kan följa? Problemet är bara att det är en laby-

rint av spår; smala, breda, branta eller krokiga.

Med kartan i ett ställ på magen saknar du direkt ditt trygga tumgrepp. För att slippa stanna och läsa kartan hela tiden gäller det att memorera korsningar. Andra höger, sen vänster och så ska den sit-

ta där! Norbergs OK hade lyckats med att skapa ett kompakt och klurigt spårssystem och det var fantastiskt roligt att få åka skidO igen.

Sofi T



Dikeskörning

Följande historia är hämtad ur Västerås OK:s jubileumsskrift 1951 – 1976.

Att **Arne Sundkvist** inte skydde några medel när det gällde att komma ut och tävla belyser den här historien från Arnes storhetstid. Enligt egen utsago skulle han "känna på dalmasarna" och åkte moped den 16 mil långa vägen till Storviks natt-

tävling. På hemvägen fick han även känna på dikeskanten, ty åt Färnebohållet slumrade Arne in och körde i diket innan han vid halvsjutiden på morgonen anlade till Västerås. Året var 1959.

Per Haeppling

PS. På den tiden använde man inte hjälm vid mopedåkning, men det gick bra ändå denna gång!

Arosträffen 2011

I skogen vid Gäddeholm, där Arosträffen arrangeras 24 – 25 april, ligger snödjup och temperaturen långt ifrån att snön kan smälta. Om man ser på förra året när vi fick ställa in tävlingen och som hade en liknande vinter så kom våren vecka 12, sista veckan i mars (enl. SMHI när det varit sju dagar i sträck med plusgrader) och enligt mina egna anteckningar var snön borta i helgen 17 – 18 april. Alltså får vi inte tappa tron på att kunna genomföra Arosträffen.

Samma TC och banor som var planerade till tävlingen våren 2010 ska användas i år också. Dock har en skogsavverkning gjorts på ett område intill mål-

platsen. Hans Greijer ska revidera kartan så att detta hygge blir inlagt och eventuellt någon ny körväg till hygget. När riset är uppflisat och bortkört måste vi eventuellt röja stigarna så dessa blir tydliga i terrängen.

På fredag (läs 25/2) ska tävlingsledare L-O Karlsson möta arrendatorn av marken intill TC för att lösa problemet med parkeringen. När det är löst var parkeringen kan vara och på ett bra ställe, så borde allt vara klart för tävling. På grund av den tidiga vintern så blev inte alla kontrollbockar gjorda, men det ska också ordna sig.

Per Haeppling

aros
träffen



Ändrat datum till 24-25 april!

Lagom är mest



”Vi” har nått en ålder som tillåter att leva utan samlariver. Först i livet är alla små. Sedan börjar skolgången som tar mycket av människans livstid. Därefter börjar samlartids-ålder. Då tappar man förståndet och vill bara ha mera av allt. Vid 60 års ålder gräver man sig fram från prylhögen. Det är för sent att göra de första 60 ogjord, men de återstående 20 kan påverkas.

Harsa skimarathon lockar över 400 deltagare sista lördagen i januari. Även vi var närvarande, men utanför de 400 tävlande. Spårren var fina, många och långa. Även de som nämndes som lätta var svåra för oss. Hans-Erik och Lars höjde vårt genomsnittsvärde så mycket att vi alla klarade maraton på fyra

dagar (fre-må). Birgitta och Lena klarade sig med egen kraft, men Sofia och Toivo fick låna några kilometer av Hans-Erik och Lars.

Vädret var som gjort för oss. Minus några få grader, mycket sol och mest medvind. 90cm snö, 85km spår, vackrer utsikt och trevliga människor.

Minnet rusar bakåt i tiden. Man kommer ihåg vad som hände vid 40.

Nästa gång kommer man ihåg vad som hände vid 20. Lite senare kommer man ihåg sin 10 års ålder.

Snart är det 50år sedan man fick sin kunskap i skolan. Vad har hänt sen dess? Bäst att köpa en surfplatta. Då tror andra att jag hänger med.

I bastun finns det alltid mycket att prata om. Alla

är lika värda när alla har lika klädsel. Lite öl och diskussioner fortsätter framför brasan. Lågan i öppenspisaren har lugnande verkan och några kan inte hålla ögonen öppna.

Hu hu, middagen är klar, kom och ta din plats. Vi är tre par och lagar mat var sin dag. De andra två par försöker vara så lata och avslappnade som möjligt. Maten är viktigare än skidåkning. Vi samlar kg istället för km. På morgonen äter vi 1,5h. Lunch tar 1h. På middag äter vi 2,5h. Mellanmål finns alltid på bordet. Kaffebrodet finns i många olika askar och på stora fat.

När vi har blandat skidåkning, mat och minnen är det dags att planera framtiden. Framtiden sträcker sig ända fram till hösten. Framtiden kommer närmare nytiden från år till år. Som mest var framtiden 30år när jag undrade om jag lever till år 2000.

Mamma berättar att hennes framtid är nästa måltid. Tillvaron tillsammans är vanebildande. Jag längtar redan efter nästa gemensamma resa.

Toivo

Nyheter på vår hemsida

Nu under vintern har det skett en del kompletteringar av funktioner på klubbens hemsida:

- Dels så har RF uppdaterat Idrotten Online
- Adresserna till sidorna har fått enklare namn istället för kryptiska namn och siffror.
- Redigeringssidan för nyheter stödjer numera Firefox webbläsare.
- Fil/bildarkivet ImageVault har också uppdaterats.

På de delar som ligger på vår egen server har det också snickrats på lite förbättringar:

- Kartparmen har utökats med kommentarsfunktion så att besökare kan kommentera kartorna. De 10 senaste inlagda kartorna visas i en lista i högerspalten på startsidan.
- Aktuellt väder i Västerås visas numera också i höger spalten.
- Statusen på Rocklundas skidspår är också inlänkat i högerspalten så länge det finns intresse att åka skidor.
- En ny intressant sida ”Anmällda?!” är under utveckling där en översikt med klubbens anmälningar till tävlingar och klubbaktiviteter sammanställs på en enda sida.

Uppgifterna plockas för närvarande från Eventor och UK-sidan. Fler kommer säkert att läggas in.

- Vi håller på och tittar på om det går att förenkla att lägga in nyheter på hemsidan, vilket idag är ganska omständligt med många felkällor och fallgropar.

Henrik O

Deltagarrekord på ”korpkarta”

Många västeråsorienterare kommer nog ihåg invasionen i Sippersta den 9 maj 1971. Söndagen då orienterarna invaderade Sven Karlssons gård i södra Dingtuna, när Västerås OK arrangerade sin vår-tävling. 3038 hade anmält sig. Enligt uppgift svenskt rekord för en individuell endagarstävling. Men ”bara” 2706 kom till start. Sivert Axelsson och Birger Ekbohm var banläggare.

Kartritare Birger Ekbohm, en aning ängslig före loppet: ”Den här kartan skulle egentligen användas till tränings- och korptävlingar”, förklarade han. Birger hade också i god tid varnat markägaren om att det kunde bli omkring 1500 tävlande. Så kom det dubbla antalet. Men det gick det också. Gustav Bergqvist var tävlingsledare. Han fick säga nej till 300 som ville efteranmäla sig på telefon.

Sekreteriatchefen Roland Stahre stötte på lite problem vid förberedelserna. När man skrev ut startkortet visade det sig att färgkombinationerna inte räckte till. Från Skogsvårdsstyrelsens kontor hämtades ett lager kort och resten lånades upp från stans andra orienteringsklubbar. Arbetet pågick till klockan två på natten.

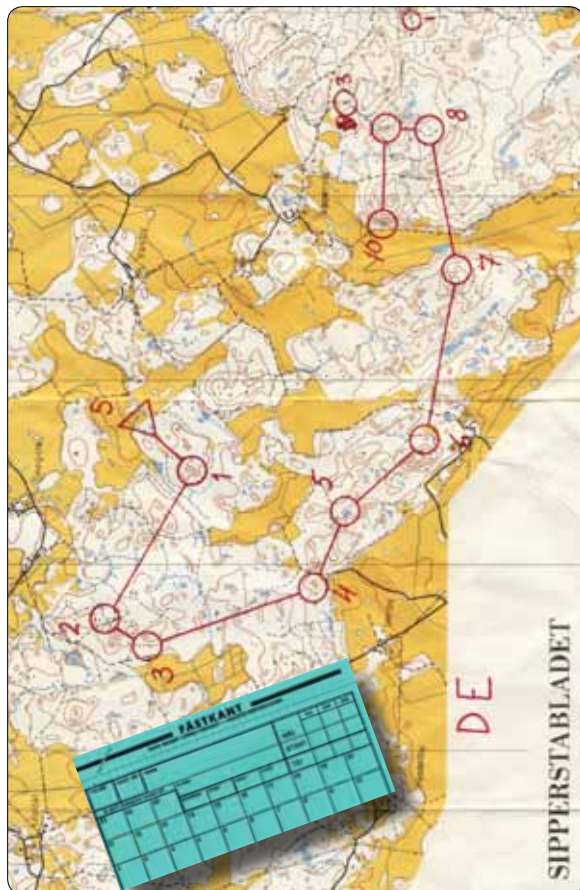
Nästa problem att lösa var när startlistorna trycktes för att nästa dag distribueras till klubbarna. Tryckningen skedde i Kristiansborgsskolan och plötsligt tog tryckfärgen slut. Mer färg fanns inlåst i vaktmästarens rum, men dit hade Roland ingen nyckel. Men en liten glasruta pillras upp med en kam och den minsta personen kunde åla sig in och hämta färg.

På tävlingsdagens morgon tätnade bilköerna in till tävlingsplatsen. Köerna var flerfaldiga kilometer

lång vid värsta stockningen. Krav på att skjuta på starten framkom till tävlingsledaren, men så blev det inte. Två ridande poliser, vilka inspekterade trafiken, var imponerade av arrangemanget och organisationen. De blev bjudna på kaffe och smörgås i markan, tackade för sig och försvann till nya uppdrag.

Ett imponerande prisbord avslutade tävlingsdagen. Bertil Norman, stafettvärldsmästare 1966, kammade hem segern i elitklassen. Sent på eftermiddagen var hela jättearrangemanget över. Allt hade fungerat. VOK hade klarat en av landets största tävlingar. ”Ett fantastiskt arbete av många”, tackade tävlingsledaren Gustav Bergqvist när det hela var avslarat.

Per Haeppling



ÅRSMÖTET

36 röstberättigade medlemmar hade bänkat sig i Orientalen när VSOK:s ordförande Håkan Andersson öppnade årsmötet onsdagen den 16 februari. Till att leda årsmötesförhandlingarna valdes Lars Jakobsson och att föra protokollet Per Haeppling.

Håkan Andersson omvaldes till klubbens ordförande för år 2011. Nya i styrelsen blev Johan Wändell, Toni Andersson och Andreas Sundström. Nyval till styrelsen för Orienterarnas Minnesfond i Västerås blev Torste Lund.

En motion om höjda medlemsavgifter hade inkommit och mötet röstade enligt förslaget. En annan motion om egenavgifter för ungdom avslogs.

Efter mötet vidtog pris-

utdelning. Från Orienterarnas Minnesfond utdelades 2000 kr till ungdomsledarna för sitt engagemang och uppmanades att göra något trevligt tillsammans för pengarna. Från samma fond erhöll orange/violetta gruppen 3500 kr.

Den årliga OL-galan med priser i olika kategorier har utgått på grund av minskat intresse att lämna in nomineringar. Ett av dessa priser har man dock kvar och det är "Årets VSOK:are". Det tilldelades Lennart Öberg som med sina framgångar uti världen på veterannernas VM-tävlingar satt VSOK på kartan.

Västmanlands Skogsflickor och Skogskarlar passade också på att dela ut stipendier till framgångsrika ungdomar i distriktet. Alva Olsson fick Skogsflickornas stipendium på 1000 kr. Det hämtades av Alvas mamma eftersom Alva befinner sig i Spanien,

där hon studerar. Carl Boman och Carl Näslund fick 1500 kr var av Skogskarlar.

Ur årsberättelsen kan utläsas att vid årets (2010) ingång var vi 585 personer. 26 gick ur klubben och 66 nya medlemmar tillkom. Vid utgången av 2010 var medlemsantalet 625 personer. Men 75 av dessa har inte betalat medlemsavgiften.

Per Haeppling



Medlemsavgifter för 2011

Ungdom t.o.m 20 år	300 kr
Studerande t.o.m	300 kr
Aktiva från 21 år	800 kr
Ej aktiva	100 kr
Träningsmedlem	400 kr
Familjemedlem max	1600 kr



Fem frågor till Johan Sundén

Vilken funktionärspost har Du i VSOK?

Jag är med i Tävlings- och träningsadministrationen och Elitkommittén sedan ett par år. Vi har just nu inte så många medlemmar, som satsar på elitverksamhet och är egentligen för närvarande ingen elitklubb. Vi satsar på

att våra duktiga 15 och 16-åringar kan komma med i mer elitartad träning och därför utvecklas ännu mer för framtiden.

Vad är aktuellt just nu?

Vi lägger upp tränings- och tävlingsprogrammet. Sofie Thorsell och Anders Eriksson arbetar mycket med detta och publicerar stomprogrammet. Ben Strengell, som var elitledare för några år sedan, skall börja arbeta i Västerås igen, och han kan kanske delta mer i vår grupp.

Hur började Du med orientering?

Jag började som 12-åring i Oxvretens SK i Nykvarn för att min kusin Anders Lindqvist tog med mig dit. Det är ju Katta Borgs modersklubb, så det fanns förebilder direkt. Redan som 14-åring kom framgångarna och som 16-åring vann

jag USM i skidororientering. Jag gick orienteringsgymnasiet i Strängnäs i två år och sista året flyttade jag till Mora för skidororienteringsgymnasiet där. Samtidigt gick Staffan Larsson på skidgrenen. Jag tävlade i skidor, skidororientering, fotorientering och terränglöpning. I Lidingöloppet för 18-åringar, som är 10 km kom jag in som 3:a. Min bästa tid på det klassiska Lidingöloppet är 1.49.

Som 17-åring var jag med i juniorlandslaget och juniorcupen. Efter idrottspluton i Falun bytte jag klubb. Då blev det IFK Södertälje – en elitklubb med många goda löpare tex. Micke Welin, Melker Karlsson och Allan Mogensén. Det bästa för min del var att vara med och vinna 10-mila -93 och -96. Vi vann även SM-kaveld -92 och -99.

Egen träning- och tävlingsverksamhet?

Till VSOK kom jag 2006, bl.a. för att min bror Björn Sundén redan bor här och mitt arbete. Jag är civilingenjör från KTH och anställd som konsult hos DeVa, som har uppdrag hos Bombardier. Jag tränar 3-4 gånger per vecka, både med löpning och skidåkning. Jag gillar utmaningar. En sådan var då jag 2005 var med och vann en multisporttävling i Karlstad. Tävligen omfattade kanot-, mountainbike- och löpningsorientering men även lite inline. Det tog 55 timmar innan vi var i mål. Nästa utmaning är Stockholm Maraton som går i maj. Det blir andra gången för mig, och den här gången skall det gå ännu bättre. Jag har nyligen kört Väderköpingsloppet på skidor i Örebro. Det gick relativt bra och var roligt. Vasa-

loppet däremot är inte så lockande, för att det är så besvärligt med logistiken runt omkring.

Vilken utveckling för orienteringen kan Du tänka dig?

Mål för klubben bör vara att det blir en positiv utveckling av de unga löparna, så att fler kan elitsatsa. Det bör vara bättre kvalitet på veckans bana, och det innebär bl.a. att vi måste satsa på nya kartor i bra terräng, även om det ligger lite längre bort. Några exempel kan vara: Acktjärn och ut mot Västerfärnebohället. En "kartgrupp" kommer att titta närmare på kartsituationen i klubben.

Ett sätt att höja nivån på veckans bana är ett poängsystem, där man lägger ihop resultaten från flera gånger, enligt en modell de har i Örebro.

Christina Gohde