



God Jul och Gott Nytt År

Redaktionen för INFO-bladet vill tacka för det gångna året och önska alla medlemmar och sponsorer en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!



O-EVENT

STARTPUNKT

O-Event i Borås 2012

Vad är O-Event? För er som inte varit med så är det en sprinthelg i Borås. Det började för länge sen med en tävling inne i Borås djurpark. Låg sen nere några år men när sprinten kom in på programmet började Borås klubbarna att arrangera Zoosprinten. Tävlingarna har sedan utökats med nattsprint på fredag kväll, utförssprint ner för Rya åsar på lördag eftermiddag och avslutning med Zoosprinten på söndag. Arrangemanget är ett samarbete mellan Borås klubbarna Hestra IF, IK Ymer och Borås GIF. Arrangemanget växer varje år. De största klasserna är ungdomar med medföljande föräldrar. Läs HD10-16 samt HD 40-50. Fredag och lördag är det målgång inne på Borås arenas konstgräs med full belysning och allt. Storbild på jumbotronen med publikkontroller för eliten, intervjuer, reklam m.m. Bra drag med andra ord. På söndag är målet utbyte i simhallen 100 meter från målet.



För 4:e året i rad styrde familjen Sundström kosan mot Borås. Boende i stuga på Borås camping som vanligt. Från campingen är det gångavstånd till alla arenor och Knalleland för den som vill shoppa. 500-700m. Arrangörerna har förnyat sig varje år och så även detta. Starten för natten var inne i en byggnad. Ingen såg åt vilket håll löparna drog iväg vilket skapade rättvisa förhållanden. Början på banorna var av intensiv stadssprints karaktär. Intensiv orientering med vägval. Avslutning in mot Borås arena mer av löpkaraktär.

Lördagen bjuder som vanligt långt till start med rejäl klättring. Sen intensiv skogs-sprint i stort sett nerför Rya åsar med svåra slutningskontroller. Även denna dag lättare avslutning in mot arenan. Här kör de i samma område varje år, men utnyttjar olika delar av slutningen. Finns två vägar via slutningen in mot arenan. Vissa år ingång över campingområdet med lite längre lättare avslut. Andra år en kort lätt avslutning. En

viss å nämnd i ramsan över år i Halland ligger i vägen.

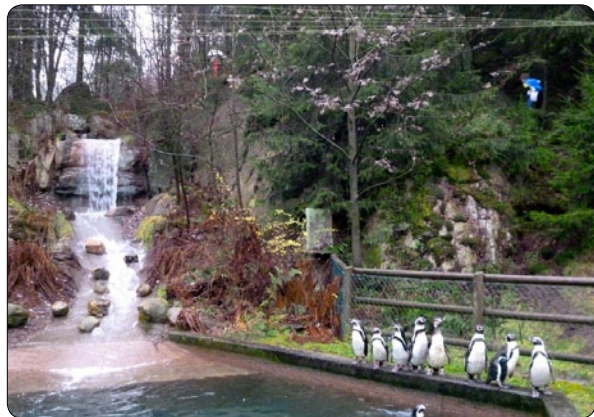
Söndagens Zoosprint bjöd i år på en överraskning. I vanliga fall brukar vägvalet vänster eller höger om savannen vara avgörande, men inte i år. Start i skogsparti utanför parken med början av medelkaraktär. Sen in via öppning i staketet och intensiv, kuperad vägvalsprint inne i djurparken. De flesta djuren är ute om du hinner se dem. I djurparken behöver man förutom bra sprintkunskaper, även god fysik då området bitvis bjuder på rejäla stigningar.



Ett flertal Västmanlänningar återkommer varje år. Störst klubb i år var Surahammar. Förutom VSOK fanns även Sala och OK Hedströmmen representerade. Så gör som Sundströms nästa år. Ta ledigt på fredag eftermiddag i början av november. Åk till Borås och kör 3 väldigt roliga sprinttävlingar, kombinerat med goda möjligheter till shopping eller annan aktivitet. Borås är en stor sportstad som stadigt växer. Om inte annat möjligheten att kolla av terräng inför 5-dagars 2015.

Kartorna från årets tävlingar finns upplagda i Map and Coach.

//Babbe



Planeringsdagen

Söndagen den 18 november samlades ca 40 aktiva VSOK funktionärer för att planera och diskutera sitt arbete under 2013. Alla kommittéer var representerade, vissa hade fler medan andra hade färre personer på plats. Dagen började med att ordförande Ulf hade en genomgång om vad dagen skulle innehålla och han pratade även

om klubbens mål, att vi måste ha ett gemensamt mål med det vi gör. Resten av förmiddagen fick kommittéerna samlas gruppviss och planera inför nästa år. Innan det blev lunch var det dags för träning på veckans bana som gick i Rocklundaskogen.

Efter lunch hade vi några timmar kvar av planeringsdagen och många var

rätt så möra redan då. Vi lyckades få ihop ett stomprogram för nästa år där vi planerade in allt från ansvar för soppa efter träning till vilket datum vi ska ha vårt klubbmöte. Även andra saker diskuterades, bland annat vårt förråd och nycklar. Andra frågor och funderingar var att vi måste fokusera, att börja planera och ladda inför 25-manna och andra stora tävlingar tidigt, försöka bygga upp en bra organisation runt det hela.

Sammanfattningsvis var planeringsdagen riktigt bra och många kommittéer kom långt i sin planering.

Cecilia V



MEDLEMSLOTTERIET

500:- A18 Sven Lundholm
300:- A11 Andreas Eriksson
100:- A91 Johan Ahlström
100:- A61 Lennart Karlén

B18 Birgitta Åhlén
B11 Altti Järvinen
B91 Osåld
B61 Susanne Persson

November månads vinster finns att hämta i förrådet i Orientalen i en glasslåda. Ej uthämtade före nästa dragning skickas ut.

Britt Larsson

Många kontroller i dansk Jättemil

Min träning har under de senaste åren varit väldigt sparsam. Med sparsam menar jag i snitt mindre än ett pass i veckan. Ibland har det varit uppehåll flera veckor i sträck. Men i augusti i år gjorde jag en omstart och har sedan tränat på regelbundet under hösten och formen har blivit bra mycket bättre. Så för att ha något mål och lite utmaning så anmälde jag mig till Jättemilen som går utanför Helsingör i Danmark. För er som varit med på Spring Cup vet att det oftast bjuds på öppen och snabblopt bokskog med inslag av täta granplanteringar här och var. Banan jag anmälde mig till skulle enligt PM innehålla 55 kontroller och 7 vätskestationer på 20,2 km. Med andra ord bra mycket längre än en Tiomila "Långa natten". Jag sprang den här tävlingen för 5 år sedan tillsammans med två VSOKare, de utflyttade bröderna Höijer. Den här gången blev jag ensam VSOKare med en Höijerbroder (Jonas) då Magnus hade fått lämna skadeärbud.

Resan ner under lördagen fick bli kombination av tåg till Göteborg och sedan bil

därifrån till Helsingborg där vi också övernattade på ett vandrarhem bara några hundra meter från Danmarksfärjan.

Efter en snabb frukost som började serveras kl 7:30 så lyckades vi hinna med 8-färjan med några minuter tillgodo och kunde fortsätta bilfärden ut till tävlingsplatsen.

Prick kl 10:00 på söndagsförmiddagen gick den gemensamma starten för min klass (H35) samt några till klasser, totalt ca 150 löpare rusade iväg samtidigt. Jag missade tyvärr första kontrollen och sprang själv en stund innan jag började komma ifatt andra löpare. Det visade sig sedan att de flesta hade samma kontroller eller åtminstone i samma stråk i början av banan så det blev lite kavlekänsla över det hela. Tack vare att skogen var öppen och snabblopt var det inga större problem att "köra om" långsammare löpare. Jag höll ett, i mitt mått, relativt högt tempo men ändå kontrollerat för att kunna orka runt hela banan.

Efter ca 5 km kom vi fram till ett bo med vätska. Där delades banan upp i två olika

slingor. Mitt första varv gick mestadels i öppen bokskog och vållade inga större bekymmer. Andra varvet gick i tätare skog och var tidvis mer snårigt. Efter drygt halva slingan började det komma ifatt löpare. Det var H20 och H21-löpare som hade startat senare men som hade samma bana. Trots att jag tyckte att jag höll ganska bra tempo så hade jag inte en chans att hänga med någon längre bit utan de försvann ganska snabbt ur sikte. Efter passage av boet började banan vända tillbaka och vi passerade åter en av de hårt trafikerade vägar som gick igenom området. Efter ytterligare några kilometer var det

dags att vända på kartan för att fortsätta på ett nytt kartblad. Banan fortsatte en stund till i samma område tills skogen tog slut och det blev lite transportsträcka över ett gårdar in i en annan skog. Här började det verkligen kännas att man hade varit igång och sprungit långt. Speciellt då gårdet var ganska mjukt och sugande.

Resten av banan i den "nya" skogen var ganska tråkig och bjöd inte på så mycket svårigheter. Trots det lyckades jag bomma min 41:a kontroll med ca 3 minuter! Resten av banan in mot mål kände jag mig relativt pigg och kunde i god fart matcha några juniorer och seniorer som kom ifatt mig vid bommen.

Efter att lyckats hänga av två av de tre "medresenärerna" sista kilometern så var

jag riktigt nöjd att på relativt lätta ben gå i mål på en tid strax under 2:30.

Tyvärr blev lyckan kort då det visade sig att jag hade stämplat fel på en kontroll. Jag hade helt enkelt slarvat att kolla kortsiffran vid kartbytet då jag varit på en liknande kontroll som låg precis i ringkanten.

Det enda lilla positiva i det hela, om man nu kan se det så, var att jag inte behövde känna mig stressad av att vänta in prisutdelningen och hamna i tidsnöd för att hinna med mitt tåg hem.

Jag kan starkt rekommendera denna traditionella långtävling som går varje november. Nästa år firar de 50-års jubileum!

Henrik Ortman



Veterantouren i årets slutskede

Veterantouren börjar lida mot slutet för detta år och veteranorienterarna från Södermanland och Västmanland verkar passa på att hålla igång så länge som möjligt. När VSOK arrangerade "Erikslundsträffen" torsdagen 22 november kom 161 startande trots att vädret var både disigt och fuktigt. Tävlingen avgjordes på den nyreviderade Vedbokkartan med målplats vid Eriksborg. Åke Mjöberg hade lagt banorna som var utslagsgivande med svårorienterande partier och en lång vägvalssträcka som pricken över i:et. Nu fanns även den efterfrågade extrabanen som utnyttjas av de äldsta och de som inte orkar så mycket, men vill vara med i orienteringsgemenskapen på denna populära veteran-tour. Den här banan mätte 1440 meter och hade sju startande. Som vanligt fick deltagarna åka till Orientalen efter löpningen för dusch, fika och resultat.

Per Haepling





HÖSTLUNKEN 2012

En tradition Hans-Erik Skalberg och jag har haft ett antal år, 8 närmare bestämt, är att avsluta med att springa Höstlunken. Vi hade förbättrats oss på att springa länge med P Pojkarna i Sura 2 ggr för min del och några fler för Hans-Erik. Området vi sprang i, Visättra, den söder-törniska terrängen med knallar och mossar i tät följd var inte helt obekant för oss. Tre ggr har vi provat på den tillsammans. Även 25 manna har gått där 1992. Jämför man kartorna är det inte så stor skillnad. Det finns några små grönområden som även fanns 1992 men annars är den mest vit brun. Men jämför man framfarten jag hade då och nu är skillnaden jättestor. Att det skulle bli blött och

jobbigt anade man på väg till TC som fastän vägen dit gick i en backe så var löpar-skorna snart nog genomblöta. På väg till start så lossnade fästet på Hans-Eriks tum-kompass så han fick vända om och hämta sin gamla. Besjälade av viljan att göra vårt bästa och säkerligen upprymda av att få löpa en bana som betydligt skiljde sig från vad vi till vardags var vana vid satsade vi för fullt och visade upp en kampanda av finaste kvalitet men föga dock hjälpte detta. Mot 1:an gick vi en högersväng på stigar men gick nog in lite för tidigt. Kontrollen såg inte alltför svår ut på kartan som stämde perfekt men redan här slösade vi med minuter-na så generöst att vi kunde

avskrika alla aspirationer på en framskjuten placering. En rejäl bom på 3 min blev det. Det kan ju dock hända en och annan gång och den-na gång hände det redan vid första skärmen.

En långsträcka mot 2an såg tämligen lätt ut men så gled vi upp på fel höjdstråk och gjorde ett rejält parallell fel. Surrningen sedan var av det ansenliga formatet och vi kunde vidkännas en tids-förlust av det irreparabla slaget och det var först när jag såg ett stenparti som vi kunde läsa in oss 250 m från kontrollen. Nästan 10 min miss. Vi kunde sedan trumma på ordentligt på följande rejäla långsträcka där man självklart kunde göra olika vägval. Metrarna var dock dryga så väl uppför som ut-för. Det gällde också att undvika de vattensjuka kärrmar-kerna små som stora. Sen flöt det på bättre och bättre. Inte ens fina skärmlace-ringar som hindrade fri in-blick på nära håll kunde nu hindra oss.

VSOK's Skallgångsresurs

VSOK har tillsammans med polisen organiserat en skallgångsresurs (hette förut skallgångskedja) som ska hjälpa till att söka efter försvunna människor.

Bo Lenander är kontak-tman hos oss och har nu 46 VSOK-medlemmar på lis-tan. Om någon mer vill va-ra med, så kontakta Bo se-nast 10 december 2012. Bo vill då veta numret på den mobiltelefon du kom-



mer att ha med dig samt om dina uppgifter i med-lemsmatrikeln 2012 stäm-mer.

Anmäl på e-mail: bo.le-nander@tele2.se eller tel. 021-134834.

På slutet kom en lång-sträcka med 2 tydliga vägval där vi tog den lite torrare och backiga varianten med ca 50 m stigning, så benen blev rejält sega. Men som tur var på de sista sträckorna orienterade vi perfekt och tröttheten märktes inte lika mycket. När vi sen i par stormade mot målskynket så var det under en fin regnbå-ge. Det hade regnat under

den sista delen men det hade vi knappt märkt. I mål bjöds det traditionsenligt på blå-bärsoppa som en påminnel-se kanske om nästa stora mål för mig, Vasaloppet. Vi var ute hela 1.52 tim på 8500 m men sprang 11675 m enligt GPS. Dels så undvek vi vattensjuka kärrmarker och stora höjder och dessutom var ju inledningen inte den bästa. Men vi kommer nog igen nästa år och då kommer vi så klart att spika kontrol-lerna.

För VSOK så sprang ock-så Hans och Elisabeth West-man i Mix klassen som är störst med över 60 startande. Deras bana var 10,4 km och de behövde 2.09 med en 5 min miss, annars var det ett jämt och stabilt lopp att dö-ma av Win Splits.

Bernt Åström (lite nostal-giskt skrivet inspirerat av Skärmen anno 1953)

Öppet Nattsprint-KM

I år togs traditionen att arrangera Nattsprint-KM upp efter att ha varit nerlagd i flera år. Det var Ben Strengell som hade lagt en svår nattbana i skogspar-tiet bakom Mediamarkt på Erikslund. Banan mätte 2010m och hade 13 kontrol-ler. Beräknad segrartid var 20:24. Herr och damklass. Att banan var svår kan nog de flesta som var med inty-ga.

Mästare blev Sofie Tor-sell på 32:44 och Carl Näs-lund på 21:23. En minut över beräknad segrartid.

Henrik O



natur Passet 2012

Årets Naturpass genomfördes på Björnön och Totuna under perioden 1 maj – 30 september.

För kontrollbestämning, utsättning och tillsyn av kontrollerna sköttes på Björnön av Rolf Svensson tillsammans med Reijo Kivistö och på Totruna av Leif Zettervall med hjälp av Lennart Karlén.

Försäljningsställena har varit Björnögården, Turistbyrån, ICA Ettan, Naturkompaniet och Orientalen. Lars Ahlström hade hand om kontakten med försäljningsställena och distribuerade material till dessa samt redovisade försäljningen.

Antalet sålda naturpass var 159 st för Björnön och 110 st för Tor-

tuna. 59 deltagare hade lämnat in sina startkort för deltagande i utlottningen av presentkort.

Nästan alla som lämnat in startkort hade skrivit en mening för att beskriva det bästa med Naturpasset, vilket ingår i en rikstävling med bl.a. en stugvecka som pris. 5 st tävlingbidrag är inlämnade till den tävlingen.

Ett stort tack till alla funktionärer och deltagare. Nu ser vi fram emot nästa års Naturpass som vi hoppas kommer att locka ännu fler ut i naturen och samtidigt få prova på vår fina sport.

Vinnare av presentkortet blev:

Svante Eriksson Norberg
Ulla Lövenklev Västerås
Mattias Lång Västerås

Anna Petersson Västerås
Jan Olofsson Västerås
Tage Johansson Västerås



Minnesord Karl Folke Thunberg



En av våra framstående och kämpastarka medlemmar har gått ur tiden. I början av augusti stämpelade Karl Folke Thunberg ut för gott. Han hade under flera år dragits med ohälsa, men ändå kom dödsbudet både plötsligt och oväntat.

Karl Folke hade praktiskt taget ärvt orienteringen från pappa Folke. Redan i början av 40-talet prövade Karl Folke på OL-sporten och klubbadressen blev Västerås Sportklubb. En klubb som han kom att tävla för ända in på 60-talet, då han gick över till Västerås OK.

Per Haeppling, som var klubbkamrat med Karl Folke i VSK skriver:

”När jag i slutet av femtiotalet blev medlem i VSK för att börja orientera, så var Focke en av de bästa seniorerna såväl i klubben

som i distriktet. Fastän åren har gått, så minns jag träningsrundorna tillsammans med Karl Folke från VSK-stugan vid Vallby och runt Råby, som då var rena landet. Tänk att jag, som bara var pojk-klassare, fick träna med en så bra senior! Focke var också en människa med humor.

När jag slutat skolan och börjat jobba på byggen träffade jag honom ibland, då han kom och glasade fönster. Han kallade mig ”Sladdlampan”, då han påstod för sina arbetskamrater att jag trodde, att man måste ha lång sladd då man sprang nattorientering!”

Vi minns Karl Folke som den store entusiasten för orientering. Det hände alltid saker och ting i det Karl Folke engagerade sig. Men framförallt var han tävlingsmänniskan. Och det visade han redan i

unga år, när han som junior blev uttagen att springa det första juniormästerskapet i Sverige 1948 och kunde få med sig en silvermedalj från tävlingen. Som senior kom det att handla om både toppar och bakslag på tävlingarna, vilket även var ganska vanligt för många av oss på den tiden. Dessutom var det väl inte helt ovanligt, att han ibland gått suveränt bra på större delen av banan, för att sedan råka ut för en lite onödig bom på slutet och rasa ner en bit i resultatlistan.

Karl Folke tyckte om utmaningar och att plåga sig själv både på träning och tävling. Det var ganska typiskt för honom, att han anmälde sig och ställde upp i det s.k. Sverige-loppet på cykel, som var en 6-dagars tävling på vanliga standardcyklar med start i Haparanda och mål i Ystad. Många bröt detta kraftprov men inte Karl Folke.

Den idag så populära Veterantouren i Västmanland och Sörmland kan vi också tacka Karl Folke för att den kom igång för mer än 20 år sedan. Han var den som talade sig varm för detta utbyte mellan dessa distrikt. En verksamhet som bara växt med åren.

Det är mycket man minns om Karl Folke så-

väl från hans tid som familjefar, som från hans yrkesverksamhet som glasmästare, men framförallt som orienterare och kamrat.

Tack Karl Folke för många spännande och innehållsrika år.

Lennart Öberg

Minnesord Stig Larsson

Nyligen har en verklig orienteringsveteran lämnat oss. För bara några veckor sedan stannade hjärtat på Stig Larsson. Stig har under de sista åren mestadels vistats på sjukhem för obotlig sjukdom och till slut orkade inte hjärtat med längre.

Stig var urvästeråsare och kom i unga år in i orienteringssporten. Han var inte den utpräglade tävlingsmänniskan, utan kunde tycka det var lika trevligt att bara vara med. Det djupa intresset fanns dock och så länge han kunde, ville han vara med oss andra ute på tävlingar. I fortsättningen får hustrun Britt ensam svara för det tävlingsmässiga.

Stig var ju den lite tystlätne och lugna människan med lite speciell och underfundig humor, som alltid gjorde sin plikt. Han ställde alltid upp och gav en hjälpende hand till oss andra när det behövdes. Och i hans yrkesutövning som elektriker var han en stor tillgång när det gällde elektriska jobb för klubben, både ute på tävlingar och inte minst mindre jobb i klubbstugan.

En mycket god vän och sympatisk medmänniska har lämnat oss för gott.

Lennart Öberg

