



**Tjejglögglunken, 27 nov**

**Veteranglögglunken,  
8 dec**

**Herrglögglunken, 11 dec**



# 25-manna

Årets 25-manna avgjordes i närheten av Vallentuna. Vann gjorde norska Haldens SK efter en tät och spännande tävling. Lite längre ner i resultatlistan kämpade tre VSOK-lag med att klara av karta och terräng. Alla 75 VSOK-löpare bemästrade sina banor och vi fick tre godkända lag i mål. Bäst gick det som väntat för lag 1 som upprepade fjolårets placering som var 55. Nästa år ska vi under 50-strecket! Lag 2 sprang in på plats 134, en förbättring med 42 placering jämfört med förra året, och lag 3 kom i mål på placering 284 av 362 lag.

Efter att ha kollat igenom resultatlistorna noterade jag mycket grönt för alla våra lag. Det gröna betyder att vi har avancerat genom resultatlistan allt eftersom tävlingen pågick. Positiv trend betyder alltid glad stämning vid klubbflaggan.



Själv sprang jag sträcka två och det var gott om tjejer i skogen så det var bara att springa på och stämpla rätt. Istället för nerjogg blev det Miniknat direkt efter målgång. 4-åringen hade laddat hela morgonen så nu gick det inte att vänja längre. Årets arrangemang var väldigt ambitiöst med fyra olika stationer längs banan där barnen kunde stanna och pyssla. Men vi fokuserade på att



springa fort och pipa ordentligt på alla kontroller.

Tack till alla ledare som coachade oss löpare under den långa 25-manna dagen. I år hade vi dessutom några medlemmar med pressbricka. Ni har väl inte missat 25-mannafilmen och fina actionbilder från skogen? Länk till filmen hittar ni på VSOKs forum.

*Sofi Thorsell*



25  
manna

## BASAR Söndag 6 December

Söndagen den 6 december är det dags för VSOK:s sedvanliga Basar i Orientalen i samband med Skinkloppet. På basaren kan du köpa:

- hembakade bullar, limpor och julkakor
- lingonriskransar
- lotter med fina priser
- kaffe och smörgåsar.

Vi är tacksamma för alla bidrag till lotteripriser och försäljning. Så sätt igång med att sy, sticka, virka, snickra och baka för att skänka till Basaren.

Välkomna!

**Basarkommittén**





# Dala-Dubbeln

Sveriges största orienteringstävling för ungdomar



Årets daladubbel avgjordes helgen mellan 17-18 oktober i Karlsbyheden utanför Falun. En annorlunda och rolig tvådagars tävling för barn och ungdomar från hela Sverige. Tävlingen inleddes på lördagen med

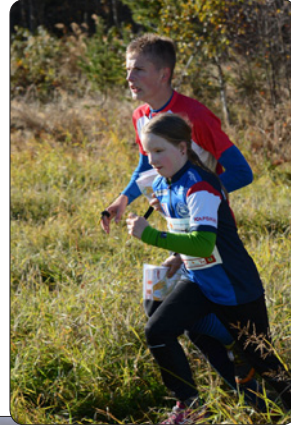
en 2-manna stafett i medeldistans. Efter tävlingen åkte klubben till hotell Bergmästaren i Falun för övernattnings och återhämtning. Där serverades middag och frukost och möjlighet till bad och bastu fanns.

Söndagens ultralånga distans sprang man i patrull tillsammans med löparen från lördagens tävling. De yngsta sprang en bana på 3 kilometer och de äldsta sprang 12 kilometer. Många patruller var under denna tävling utklädda till allt från superhjältar till godisautomater och varningsskyltar. Hederspris för bästa utklädnad delades ut till sex olika patruller. Vissa av patrullerna sprang banan i sina kostymer, andra använde dem endast på upploppet och på TC.

Resultaten från de båda tävlingsdagarna lades ihop och klubbens bästa placering stod Klara Åkerman Sjöström för, en andraplats tillsammans med Klara Borg från Södertälje-Nykvarn. Öppna motionsbanor fanns även att springa för den som ville.

Efter en tuff tävlingshelg var många trötta och på bussfärden hem till Västerås var det många som sov.

*Klara Berglund & Johanna Breivold*



## Oktoberacet

Tio procent av årets löpare i Oktoberacet kom från Västerås SOK, med andra ord en stor upplutning från vår sida. Det var dessutom en riktigt stor tävling med dagens mått mätt, 832 st löpare i mål varav hela 86 st från VSOK. Bra jobbat!

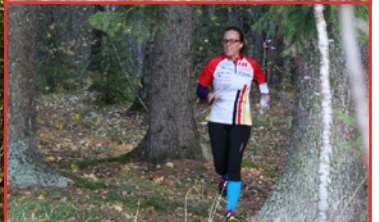
Terrängen var flack och till stora delar mycket snabblopt. Det som bromsade upp framfarten var några sur-/blötområden med gammal vresig säljhyggen och och färsk hyggen och röjningar som läm-

nat kvar ris och kvistar.

Bland det stora antalet löpare kunde man även hitta riktiga världsklasslöpare eller vad sägs om, Tove Alexandersson, Annika Billstam och Thierry Gueorgiou.

Tove och Thierry vann sina lopp som väntat men även VSOK hade fina framgångar. Segrade gjorde Kajsa Hall, Kuno Österlund, Andreas Eriksson och Lennart Öberg. Silverplaceringar för Lars Jakobsson, Elin Palm, Annika Sundström, Anna Lindgren, Sara Hamrefors och Robert Palm.

*Hans-Erik*



## Dags för Julgranar

Julgransförsäljningen startar lördag 28 nov i år!

Som tidigare år sker försäljningen vid ICA Grytan och fd. Konsum, dock med ny plats vid ICA Gryta samt strålkastare till kvällspassen vid Konsum. Ingen försäljning vid Orientalen.

Efterfrågan på granar tror vi blir samma

som de senaste åren och vi beställer så det ska räcka. Nytt pris i år, 250:-.

Fördelningen av försäljningspassen följer också samma rutiner som vanligt. Vi fortsätter att ändrat om lite i schemat så att inte samma försäljare står på samma pass år efter år...

Precis som tidigare år läggs försäljarnas

kallelser i Orientalen prel. sö 1/11 till sö 15/11 för avhämtning. Detta för att så många som möjligt ska ha möjlighet att hämta sin egen och gärna grannens/kompisens kallelse. Allt för att klubben ska slippa dyrt porto.

Vässa yxan och se över termosen för nu drar det snart igång igen!

Lycka till!

*Grankommittén*

# OMBYTTA ROLLER VID VSOK:s TÄVLING I VETERANTOUREN

Oftast på Veterantourens tävlingar är det damerna som sköter kaffe- och smörgåsserveringen och herrarna tar hand om det övriga. Att man generellt alltid gjort så i VSOK tyckte våra damer att det skulle man

ändra på. Vid VSOKs torsdagstävling 15 oktober hade Birgitta Andersson tagit på sig rollen som tävlingsledare och organiserat ihop en funktionärsgrupp med bara damer. Att servera kaffe och smörgåsar skulle

nu ligga på herrarna. Banläggare var Margareta Löfqvist och Lena Jakobsson som hade strängt de fem banorna i skogen norrut från Orientalen. Starten låg precis intill Orientalen. Liz Poteous var bankontrol-

lant. De kvinnliga parkeringsvakterna lyckades att hänvisa 90-talet bilar till parkeringsplatser i ordnade former. Till uppgifterna hör ju också anmälningar, sekretariat och resultatgivning. Damerna skötte alltså allt "karlgöra" förutom kontrollutsättningen som de tog hjälp av Göran Åhléns utsättarteam. Vem fixade med kaffe och smörgåsar? Det sköttes av

Kenneth, Hasse, Bo, Ulf, Lars och Anders.  
Förutom ett välorganiserat arrangemang fick de 189 deltagarna uppleva en härlig och solig höstdag  
Deltagarna blev glada när de betalade och fick veta att överskottet skulle gå till välgörande ändamål.  
Pengarna har nu skänkts till Röda Korset för insamling till Världens Barn.

*Per Haepling*



## Herrmiddag med glögg

Moraliskt uppbyggande lekar i kamrattlig anda  
God fysisk prestationsförmåga premieras icke  
Samling vid vår anrika föreningslokal  
fredagen den 11 december kl aderton noll noll

Högaktningfullt  
Glögglunkskommittén



# stolpjakten

Friskvård med karta och telefon



## Stolpjakten 2015 blev en succé!

Totalt registrerades drygt 62 000 stolpbesök av de ca 2000 personerna som deltog i Stolpjakten.

Den 17/10 hade vi prisutdelning för Stolpjakten hos Team Sportia på Erikslund! De 45 vinnarna deltog i utlottning av priserna, där 1:a priset var en cykel. Cykeln vanns av Irene Lindblom. Många positiva kommentarer har också hörts från stolpjägarna och flera deltagare berättar att de hittat nya ställen i Västerås, som de inte varit på förut. Önskemål om att ha en ny Stolpjakt 2016 har framförts, och det blir det, så redan nu börjar planeringen av nästa års

Stolpjakt. Vi tackar alla som bidragit till Stolpjaktsuccén i år, de som planerat kartor och kontrollpunkter, de som fixat och underhållit alla stolpar som både fått fötter och besök av sniglar, de som fixat med IT, appar och registrering på

hemsidan, de som ordnat med trycksaker och reklam, de som fixat sponsorer och ekonomin och alla ni som spridit informationen till arbetskamrater och vänner.

*Gunilla Hamrefors*



## naturpasset 2015

Årets Naturpass genomfördes på Björnö under perioden 1 maj – 30 sept.

Kontrollbestämning, utsättning och tillsyn av kontrollerna sköttes av Reijo Kivistö, Rolf Svensson och Kuno Österlund.

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.

Det blev totalt 137 Naturpass sålda och av de hade 20 deltagare lämnat in sina startkort för att delta i utlottningen av presentkort.

GRATTIS till alla vinnare av presentkort: Henrik, Karin och Chico Wiman, Inger Albinsson, Hugo Kangas, Thomas Jansson, Anna Lejedal.

Man kan också i år registrera sitt deltagande i Naturpassets rikstävling via Orienteringsförbundets Naturpassida [www.naturpasset.se](http://www.naturpasset.se) där man tävlar om bl.a. en stugvecka i Orsa. Några har gjort detta själva och de som lämnat startkortet till klubben har även de registrerats att delta i rikstävlingen.

Ett stort tack till alla deltagare och funktionä-

rer. Nu ser vi fram emot nästa års Naturpass som vi hoppas kommer att locka ännu fler ut i natu-

ren och samtidigt få prova på vår sport.

*Hans Malmkvist*



## Älgdrevet 2015



Årets Älgdrev som var 5:e efter nystarten via HJS Vansbro i samarbete med några tappra från Ulriksbergs OK. UOK var den klubb som från början arrangerade Älgdrevet i trakterna runt Fredriksberg och Ulriksberg. På 70 och 80 talet var Älgdrevet den stora avslutningstävlingen för flertalet av den nordiska eliten. Deltagarantal

långt över 2000 var inte ovanligt. En äldre stjärnorienterare hävdar att den bana han sprang 1977 eller 78 var världens bästa bana. Sigurd Daehli var namnet. Släktnamnet för i dag vidare Mange framgångsrik norsk landslagslöpare. Självt kom jag in i orienteringen 1978. Sprang mitt första Älgdrev 1980. Sen var man fast. Älgdrevet bjuder oftast på det man vill ha som orienterare. En rejäl fysisk och orienteringsteknisk utmaning. Ofta med inslag av långa tuffa vägvalsträck-

or. Många år var det på nollan med inslag av snöglopp. Åtminstone morgonfrost. Det var ljuvliga tider för en orienteringsälskare. Så småningom var de inte så många medlemmar kvar i UOK så arrangemanget las ner.

För 5 år sedan tilldelades HJS Vansbro, Ultra lång SM. I samband med detta drog de igång en Älgdrevshelg igen. Första året i Lidesnäs, sedan strax söder om Vansbro för att sedan återvända till Lidesnäs. De två senaste åren har de kört öster och

väster om Säfsens fritidsanläggning. Nästa år hoppas vi på partiet norr om Fredrikberg med gamla fabriksområdet som utgångspunkt. Vi som var med förr vet vad som väntar i så fall. Nu för tiden körs arrangemanget som en två dagars med lång och medel. Förr var det en endagstävling över lång distans. Årets tävling hade samlat ett 30 tal VSOK:are i varierande åldrar. Roligast var tjevägen som hade läger under denna helg. Tror att de fick mersmak och vill

komma tillbaks nästa år. Självt har jag kört alla 5 drev efter omstarten och finns garanterat på plats även nästa år. Kör helgen som minisemester. Boka stuga med bastu, tävla, åt gott och koppla av. Stugpriserna är jättebra denna tid på året och de flesta stugor går att boka dygnsvis. Finns även en jättegod viltbuffé som man kan boka in sig på på lördag kväll.

Vi syns väl i Älgdrevsskogen nästa år, eller hur?

*/BABBE*

