



Arosträffen söndagen den 27/9
Medeldistans med mål söder om Wenströmska gymnasiet.
Banläggare är Per "Babbe" Sundström.

Du som inte har en uppgift kontakta en gruppansvarig!

Markan behöver som vanligt även hjälp med bröd och bullar!

Vi kommer att göra reklam om tävlingen till icke orienterare!

För information om gruppansvarig och bakning se hemsidan!!



aros
träffen

Vid frågor ring Per Wadman 073-9789689 eller
Eva Palm 070-5595458

Golden Weekend

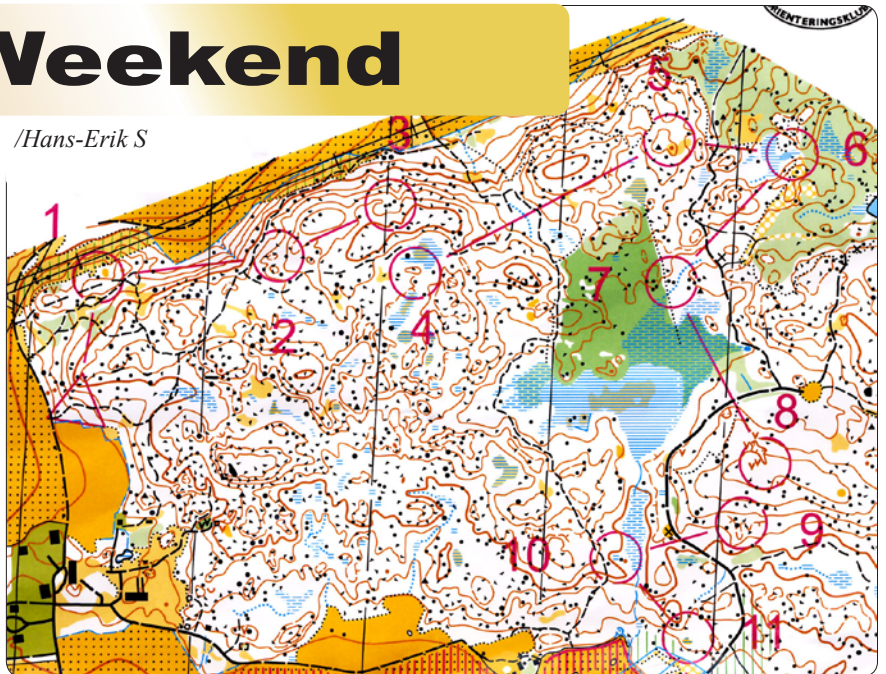
Årets tävling arrangerades i ett begränsat skogsområde i Girsta i närheten av Odensvi. De ca 500 deltagarna möttes av en detaljrik och omväxlande terräng med utmanande banor båda dagarna. Det varnades en hel del för sten inför tävlingarna i årets Golden Weekend. Det varnades i PM och det varnades av speakern innan vi gick till start. Med all rätta kan man tycka när man tittar på kartan. Men jag upplevde inte att det var så mycket sten att det var svårt att springa. Vad som däremot var svårt det

var att hålla reda på vilka stenar som inte var med på kartan och vilka av de till synes stora stenarna man passerade som bara var en liten svart prick på kartan.

Tabellen visar de som lyckades allra bäst de två dagarna.

1 Olle Skymgård	U2
1 Stella Älvegran	D10
1 Anders Älvegran	H45
1 Carl Näslund	H20 Elit
1 Sandra Näslund	D18 Elit
1 Elin Palm	U2
1 Åke Svensson	H90
1 Elvira Björnberg	D10
1 Martin Juhlin	ÖM
1 Robert Palm	H45
1 Sandra Näslund	D18 Elit

/Hans-Erik S



Sommarlandssprinten 2015



Söndagen den 7 juni var det återigen dags för Sommarlandssprinten i Skara. Det här är en av de roligaste tävlingarna på hela året tycker jag. Här kombineras sprint, den mest fartfyllda tävlingsformen, med en speciell miljö som sällan påträffas inom orienteringen (eller vad sägs om kontrollpunkter som Tranan eller radiobilarna) och en massa folk. Sommarlandssprinten är en ungdomstävling men även föräldrar och andra vuxna får vara med och springa. För de som är riktigt kluriga, äventyrliga och sugna på att bada finns Extravaganzaklassen. Här blir man garanterat blöt! Kartan kan se ut lite hur som helst... spegelvänd, blank, förvrängd... tänk Pizza- / glöggglunken så förstår ni hur jag menar.

Vi var två fyllda bussar, drygt 90 personer, från Västerås SOK som åkte till Skara. Bussen gick tidigt på lördagsmorgonen. I Götene stannade vi och sprang Kinnekullesprinten. Vädret var inte kalas! Det regnade ganska mycket men var ändå ganska varmt! Kinnekullesprinten är två deltävlingar där man springer en sprint på förmiddagen och några timmar senare springer sprint nr 2. Resultatet av de två deltävlingarna läggs ihop.

I Skara bodde vi i stugorna till Skara Sommarland. Det var fler klubbar än vi som bodde där.

Hur gick det med tävlandet kanske ni undrar? Jo, det var många som gjorde bra lopp och flera som hamnade högt i resultatlistorna. På Kinnekul-

lesprinten blev Erik Palm 2:a totalt i H10. Klara Sjöström (D12) och Johan Ahlström (H40) vann sina klasser. Klara tog också hem segern i Skara liksom Alfred Lönn i H18 Extravaganza. Emma Helmersson kom tvåa i D21 och Smilla Andertoft fyra i D10.

Elvira Björnberg D10 stämplar vid sista kontrollen.



Men det allra roligaste med Sommarlandssprinten kommer efter tävlandet. Då får man börja med att bada i vattenlandet (nästa år tar jag med vätträkt!) och sen är det karusellerna som gäller... Det var mest orienterare i parken. Tycker lite synd om de som inte var det då det blev långa

köer till matställen och attraktioner. Eftersom att vädret tyvärr inte var på topp blev det mest karuseller i år.

Nästa år åker vi igen...

Ida & Catarina Larsson

Österlund & Nallgård sprang H18 Extravaganza



Ungdomens tiomila 2015

I år hade klubben ett HD12 lag och ett HD18 lag på ungdomens tiomila. HD 12 kaveln var på kvällen i dagsljus medan HD18 kaveln började i mörkret klockan 03:00 på natten. Före start av eftermiddagskaveln kunde intresserade få en bra introduktion till arena, skog och arrangemanget som helhet. Att konkurrensen var hård blev glasklart när det framgick

att det fanns med lag från flera nationer.

Av 108 lag kom vårt HD12 lag (med enbart tjejer) på position 78. Det

imponerar att samtliga sträckor tog in positioner i stafetten.

Mitt i natten var det så start för HD18 lagen. Det

var en mäktig syn med tävlingens karaktäristiska "hare" upplyst av linje efter linje med startklara löpare. I skogen var det även

full fart. Löparna i laget lyckades till största delen hålla positionen och kom in på position 41 av 60 lag.

David L



Starten HD18



Johanns Breivold. Morgonbild i HD18



Kristina Lindgren HD12

OL-Ronden, 10 år

När OK Hedströmmen arrangerade årets upplaga av OL-Ronden, 14-16 augusti, firades 10-årsjubileum för denna tävling. Mycket gick nu i jubileumstecken. Exempel på detta var att markan hade specialerbjudanden för 10 kronor, man utsåg 10-års VIP-klubb, 10-lotter såldes.

Man kunde även vinna en 10-lott om man passerade målet på ett visst sätt eller såg ut på ett visst sätt!

OL-Ronden startade med nattorientering på fredagskvällen 14 augusti med samling i Skinnskatteberg. Denna tävling gällde även som DM för Västmanland och Örebro län. Ungdomarnas tävling var natt-sprint i samhället

medan övriga sprang i traditionell skogsterräng. VSOK lyckades här på natten ta hem nio DM-tecken genom Fredrik Hamrefors H16, Kalle Sjöström H14, Klara Sjöström D12, Kajsa Hall D10, Anna Lindgren D40, Annika Sundström D45, Joakim Ahlström H45, P-O Sjöström H55 och Margareta Löfqvist D65.

Dagsetapperna på lördagen och söndagen hade sin tävlingsarena vid Källfallets skidbacke strax norr om Riddarhyttan. Terrängen här är otroligt (nästan sagolik) fin med öppen tallskog och negativ kurvbild, vilket innebär stora gropar och åsar som bildats av inlandsisen. Det gällde alltså att runda dem för att slippa springa ner och upp. Området genomskars av en bäck på ca. tre meters bredd som man passerade ett par gånger på banan. Det fanns inga broar, utan man var tvungen att vada över i 2-3 dm vattendjup. Men inga större problem med det!

Tävlingen samlade drygt 300 löpare på natten och kring 500/dag på dagtäv-

lingarna. Resultatmässigt tog VSOK hem nio klas-segrar totalt på de båda dagsetapperna. Klara Sjöström vann med Maja Ahlström som två båda dagarna. På söndagen lade VSOK beslag på de fyra första platserna i D40, där Eva Ode var bäst. Kuno Österlund fick tampas mot gamle världsmästaren Kalle Johansson och de vann varsin dag och tvåa varsin dag. Övriga segrare blev Sandra Näslund D18, Elias Bergroth H12, Anna Lindgren D40 och Lars Jakobs-son H60.

Per Haepling

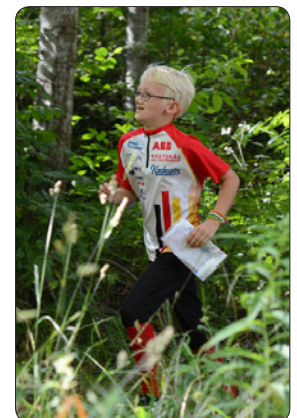
MEDLEMSLOTTERIET

Augustidragningen

500:- A94 Björn Pettersson	B94 Per Sundström
300:- A83 Björn Ekholm	B83 Osåld
100:- A12 Åke Svensson	B12 Jan Bröms
100:- A89 Hans Vestman	B89 Christina Gohde

Grattis! Som vanligt ligger kuverten i förrådet i hallen. Snälla snälla hämta så slipper jag skicka.

Britt L



Scottish6Days och VM 2015



några parkera ca. tre km från TC. Men vi som fått plats vid TC fick i stället gå 3000 m till starten. Terrängen var den jobbigaste jag varit med om: branter, djupa raviner, täta djupgröna granträdssnår, mjuka blötmarker men framför allt enorma vindfällan, som låg härs och tvärs överallt i slutningarna. Träden som fallit kunde vara mer än 25 meter med en diameter på 1 -1,5 m. På min bana var målet (Finish) mitt i skogen i ett grönområde intill en "obefintlig" bäckfåra. När jag väl hittade dit hälsades jag av två damer, som gav mig en liten kartbit med vägen till TC inritad. Det var det 2,3 km!

När jag kom ned till TC var längdistansen i full gång med storbildsskärm och publikkontroll i slänten på västra sidan. Det var svårt att hitta vårt lilla tält bland alla åskådare. Av VSOKärna kom Lennart Öberg i M85 etta de fyra första dagarna och därigenom blev han förstas slutsegrare med 4p. Det är de fyra bästa placeringarna som räknas. Segraren får 1p, tvåan 2p osv. Man skall därigenom ha så få poäng som möjligt för att ligga bra till.

Vädret under veckan var typiskt "Scottish". Det regnade något nästan varje dag och var kallt, men även några solglimtar förekom. Jag

Första veckan i augusti åkte ett tiotal VSOKäre och Vandringare till Inverness, som var centralort för six-days och årets orienterings-VM. VM gick vid Inverness även -99 på delvis samma områden. Tävlingsveckan lockade över fem tusen deltagare varav ca 500 svenskar.

Tävlingsveckan inleddes med VM-sprint och sprint-stafett i Forres och Nairn som ligger österut från Inverness efter kusten. Det gick bra för de svenska VM-löparna som fixade en bronsmedalj.

Publiktävlingarna startade på söndagen den 2:a aug. i Achagour, som ligger längre in i landet från Nairn. Starten på de flesta banor gick i ett myrområde och eftersom det hade regnat enormt mycket, så var det väldigt blött. Slutet på några banor gick i en granplantering där de parallella plogfårorna var djupa och svåra att orientera i och ta sig fram över.

Andra dagen gick tävlingarna västerut från Inverness i Glen Strathfarrar. Det var ett öppet hedlandskap intill en tät "grön" granplantering. Mellan tuvorna på heden var det djupa blöthål pga. allt regnande. Vi har inte tidigare upplevt det så blött i denna terrängtyp. Efter loppet gick många ned till bäcken för att tvätta sig och skorna för det finns ingen dusch på tävling-

ar i Skottland.

Under sixdays vilodag åkte vi till slottet vid Darnaway för att se på VM-löparna på medeldistans för dam och herr. Det gick att följa en del löpare med GPS-märkning på en enorm skärm som stod intill målfällan. Skärmen slutade dock fungera när herrsegrarna gick i mål. Jag placerade mig alldeles vid målstaketet och kunde fotografera de främsta precis då de gick i mål. Annika Billstam gick ut sist och knep guldmedaljen före finskan Kinni Saila. Helena Jansson låg bättre till under loppet, men fastnade i några tätta buskar vid näst sista kontrollen och slutade på tredje plats. Superglada svenska tjejer sprang ärevarv i målfällan.

I herrarnas medel räknade jag till 47 olika nationaliteter i startlistan. Olle Boström blev arg och besviken och kastade sig på marken efter mål, när han insåg att han missat med nio sekunder, då han inte sett grindöppningen i häcken in till slottsplanen. Han blev trea och tog brons. Suverän segrare blev Fabian Hertner från Schweiz.

Både dag tre och fyra i sixdays gick delvis i VM-terräng på varsin sida av Darnaway. På onsdag eftermiddag var det stafett (Relay) på den västra sidan av



egendomen. Vinnare för damerna: Danmark och för herrarna: Schweiz.

De två sista dagarna i six-days gick i Glen Affric och där gick även VM's långdistans på fredagen. Vi hade tidig start och var där nästan först av alla. Pga. platsbrist och långvarigt regn fick



läste att det inte hade regnat så mycket i Skottland sedan 1993.

/ Christina D. Gohde



Extrastolpar på Bäckby

Det är fortfarande en hel månad kvar att jaga stolpar på Djäkneberget, Skallberget, Rocklunda, och Gryta. Det registreras fortfarande många stolpar

besök varje dag så aktiviteten pågår för fullt. Från samtal och mail strömmar det lovord till oss som arrangörer. Det känns ju väldigt kul och inspire-

rande att få så mycket beröm. Här intill kan du se vad två av "jägarna" skriver och de är bara två i mängden som uttrycker sig på liknande sätt.



Hej, Tack för att ni har fixat stolpjakten. Det en fantastiskt kul grej! Och den har tagit oss till ställen som vi aldrig har varit på tidigare. Idag hade vi svårt att hitta stolpe nummer 88. Det visade sig att någon hade flyttat den och "gömt" den en bit ifrån. Vi lyfte tillbaka stolpen och lutade den mot stenen där vi trodde att den skulle vara. Men eftersom stolpen inte sitter fast finns det nog risk att den får fötter igen.

Vänliga hälsningar Britt

Västmanlands veteraner näst bäst i landskapsmatch

Veteranerna från Dalarna, Södermanland, Uppland, Västmanland och Örebro län tävlade om vilket län som är bäst bland veteranerna. Tävlingen arrangerades av OK Enen torsdagen 13 augusti. Deltagarantalet var inte så stort som man trodde med löpare från fem distrikt. Resultatlistan stannade på drygt 200 tävlande.

Tävlingsarenan var vid Gånstagården och tävlingsterrängen var den stigriska skogen sydväst om Gånstagården. Som vanligt var det lite svårt att hålla reda på alla stigar och dess riktning. Det är lätt att ta en stig som drar lite åt t.ex söder fast man ska rakt åt öster. Fick själv uppleva det och fler med mig!

Poäng utdelas i fallan-

de skala till de bästa i varje klass och sedan en poäng till alla som fullföljer tävlingen. Ju fler löpare ett distrikt har så höjer det segerchansen. Det visade sig denna gång stämna.

Per Haeppling



Många har redan besökt alla 100 st stolparna och längtar efter mer, precis som "jägarna" här under. Så därför har vi beslutat att erbjuda 25 st stolpar till att leta efter. Men jakttiden är begränsad till enbart September.

Det är Bäckby som gäller och kartbiten här intill är just från den kartan.

Kartor finns att köpa på samma ställen som tidigare men också på Orientalen för oss medlemmar.

Hans-Erik

Hej!

Fick detta på min Facebook-sida från en inbiten Gotlänning i 40-årsåldern som på senare tid börjat med MTB. "Ta åt er".

Nu är Stolpjakten avklarad för mig och den här gången. 100 av 100 stolpar registrerade och med det infinner sig direkt en tomhet och väntan på september då det skall dyka upp lite nya stolpar att jaga. Jag vill tacka arrangörerna till detta fantastiska initiativ. Det har fått mig att upptäcka så mycket vackert i staden jag bor i och jag har blivit kär i Västerås. Där är stora ord med tanke på att jag är uppvuxen i rosornas och ruinernas stad. Västerås kan vara en idyll med sina små skogar, stigar, sjöar, fält och bullerbyområden. Visst, jag har även svurit åt grenar i örönen, kottar i skorna och tusen insekter som vill bosätta sig i alla mina kroppsöppningar i min jakt på stolparna, men det hör till. Det gör resan mer värd.

Vill du hjälpa till att följa upp succén med Stolpjakten! Vi har ju genomfört Stolpjakten under året och det har ju blivit en succé där vi fått ut många Västeråsare i skogen. Nu skulle vi vilja följa upp detta genom att kunna genomföra en uppföljning för de som fått en nyvaknat intresse för orientering. Vi tänker oss att det hela skulle kunna vara något informationstillfälle samt en enklare introduktion till tävlingsorientering, samt att ni skulle kunna vara ontaktpersoner och introducera de som är intresserade till klubbens vanliga verksamhet. Det hela skulle genomföras i samband med att Stolpjakten avslutas för året, dvs i slutet av september.

Om ni tycker detta låter som en trevlig uppgift som kan bidra till att stärka klubben, hör av er snarast till någon i styrelsen.

Resultat:

1) Södermanland	161 poäng	93 deltagare
2) Västmanland	96 poäng	79 deltagare
3) Uppland	66 poäng	49 deltagare
4) Dalarna	45 poäng	22 deltagare
5) Örebro län	2 poäng	3 deltagare

