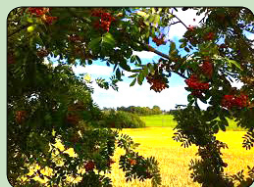


# info bladet

Nr 6. JUNI 2018



Redaktionen för  
INFO-bladet önskar  
alla medlemmar en  
riktigt skön sommar!

Vi ses i augusti igen.



# 10-mila från korvgubbarnas horisont

Förra året följde vi 10-mila från down-under när vi körde veteran-VM på Nya Zeeland. I år var ordningen återställd och korvarna kunde serveras som vanligt. Starten på detta arrangemang börjar med ett par samtal mellan korvgubbarna och en typ "Björn-Ekholm-lista" som uppdateras varje år. Efter lite fundering kring transportmedlet säckkärria på sumpiga, knöliga arenor blev beslutet årets innovation - inköp av en transportkärria. Vål hemma skulle kärria skruvas ihop, men det var ingen utvecklad IKEA-beskrivning som bifogades. Styrmekanismen var mest komplicerad, men plötsligt satt den där.

Tänk allt släpande som skett i många år och nu kunde "allt" lastas på vag-



nen. Se hur lycklig redaktörn ser ut när vi är på gång mot arenan!

I år fick vi med smöret vid första tillfället så Johan Sundéns insats för två år sen behövde inte uppre-

pas. Däremot hittade vi inte tändstickorna som packats med? Några telefonsamtal senare var en tändare säkrad genom Calle Näs-lund. Nu kunde gasolspis och tomtelyktor startas –

så fint. Ett lite överraskande nattregn gjorde att vi tillbringade några timmar i en hockeyhall och såg på storbildsskärmen där. Men somnade gjorde vi inte! Det är en prestigefråga att

vi ett dygn per år håller oss vakna – söndagen efter blir dock inte helt njutbar, men allt för 10-mila!

*Lars Jakobsson*



## Lärgrupp i tävlingsledarskap och tävlingsorganisation!

Vår klubb lider inte brist på medlemmar som är villiga att jobba på våra arrangemang. Härligt! Men... att ta ett lite mer utmanande uppdrag i tävlingsorganisationen har det varit lite trögt med en tid. Kanske kan en intern kurs bryta trenden? Så började planeringen för en lärgrupp i tävlingsorganisation att utvecklas. Våra erfarna huvudfunktionärer engagerades som "föreläsare" och lärgruppsdeltagare bjöds in. Vi fick ihop 13st deltagare i olika åldrar som var intresserade av att lära sig mer.

Ett program skapades med följande rubriker och erfarna "föreläsare":

**Introduktion**, tekniska kommitténs ansvar och förarbete - Lars Jakobsson

**Tävlingsledarens uppdrag** - Per Wadman

**Tävlingsarenan** - Magnus Larsson

**IT/Tävlingssekretariat** - Mikael Davidsson

**Banläggarens uppdrag** - Tomas Vestman och Per-Olov Sjöström

**Startens ansvar** - Joakim Ahlström

Under 3 måndagskvällar har vi gått igenom de moment och funktioner som ska till för att planera och genomföra orienteringstävlingar. Många bra tips har kommit fram i samtalen. Det finns också väl dokumenterade funktionärlistor och checklister i vår Dropbox.

Tanken är nu att våra erfarna huvudfunktionärer tar med sig någon eller några adepten i planeringen av kommande arrangemang. Även du som inte hade tillfälle att vara med i lärgruppen denna gång vill vi ha med dig som adept. Kontakta Tekniska kommittén eller tävlingsledare så ordnar vi det. På UK-sidan ska vi göra ett upplägg för adept-anmälan.



*Micke Davidsson håller kurs för intresserade deltagare*

*/Lars Jakobsson, Karin Åkerman*



# Silverjakten

Regn på natten, regndisigt på morgonen 1 maj. Grusvägen från Sala genom skogen upp till Järndammen hade förvandlats till lervälling, vilket gjorde att bilarna såg ut som rallybilar vid framkomsten till Sala OK's tävling Silverjakten. Hemma väntades biltvätt! Men regnet upphörde precis vid första start klockan 11.

Tävlingsarenan var vid klubbstugan och tävlings-

området var norr om Järndammen. Här är terrängen öppen och lättframkomlig med svag till måttlig kuiperad skogsmark. Banorna var medeldistans. Tävlingen hade totalt 745 startande. VSOK hade överlägset största antal startande. Hela 131!!

Sala OK hade för första gången infört resultatgivning på bildskärmar (nyinköpta), men hade lite nybörjarproblem. Men allt

blev bra.

VSOK tog sex segrar, nio andraplatser och fem tredjeplatser. Segrare blev:

H85 Lennart Öberg  
U2 Rasmus Vietel  
Ö3 Janette Stafflin  
H16 kort Jesper Jansson  
H16 Kalle Åkerman  
Sjöström  
H40 Claes Klarin

*Per Haepling*



## Städning efter Summer Meet 8 juli

Dags att anmäla dig om du inte gjort det redan till städningen efter Summer Meet den 8 juli.

Vi har gjort ett mycket bra jobb varje år och får därför nytt förtroende att städa cruisingsträck-

an även i år. Det ger ett tillskott i klubbkassan på 84 000 kr. Riktigt bra!

Anmälan sker via funktionen för anmälan till stafetter (UK-sidan). Meddela gärna även om du har förhinder.

Ingen insats är för liten.

PM kommer på hemsidan veckan innan städningen. Samling söndag den 10 juli kl 07.30 på parkeringen vid Bryggargården, Biskopsgränd.

*Städgeneralen Anders Rooth 0760-469 684*



## MEDLEMSLOTTERIET

Vinnarna i majdragningen:

500:- A33 Lisa Jakobsson      B33 Tore Kangas  
300:- A76 Reijo Kivistö      B76 Hans Grejer  
100:- A92 Eva Kjällman      B92 Osäld  
100:- A96 Östen Bång      B96 Björn Ekholm  
Grattis alla vinnare! Presentkortet gäller på ICA-Grytan!

*Britt L. /Christina D. G.*

6 JUNI 2018  
VÄSTERÅS  
POWER  
TRAIL

## 5:e juni på Vedbo

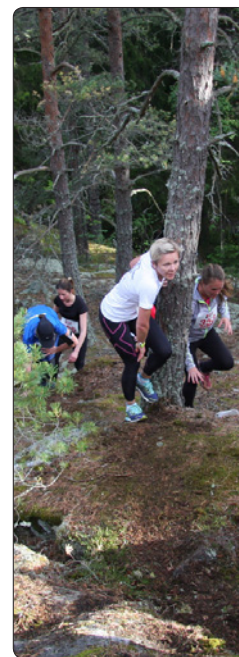
Nu är det nära! Den 5:e juni arrangerar vi för 3:e året Västerås Power Trail. Ett löplopp med arena vid Vedbobacken och en fin 5 km bana i Vedboskogen. Deltagarna kan välja att springa 5 eller 10 km.

Nytt för i år är Mini power trail för barn upp till 12 år och ett utökat matutbud. Snöhindret som vi förde in förra året kommer med även i år men i lite större format.

Ni som inte springer behöver vi till hjälp som arrangörer dagen före och på tävlingsdagen.

Anmälan till loppet gör ni via [powertrail.se/](http://powertrail.se/) och kan ni medverka som arrangör så kontakta under tecknad.

*Johan Ahlström  
Tävlingsledare*



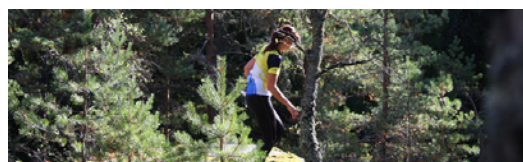
## Aros summer summit

Dagen efter Västerås Power Trail arrangeras en orienteringstävling vid Vedbobacken vars namn är Aros summer summit.

Orienteringstävlingen är en liten enklare tävling med bara öppna motionsbanor i olika svårighetsgrader och längder.

Totalt 12 banor.

Det är fri start för alla mellan klockan 10-12. Anmälningsavgiften är 50 kr/vuxna och 25 kr/ungdom. Direktanmälan som vanligt.





# DOL-kampen 5:e och 6:e maj

Dalaportens OL arrangerade vårens tävlingar i Råfsbo öster om Fors. Det var medel på lördagen och lång på söndagen. Vädret var somrigt, ca 20 grader och strålade sol under eftermiddagarna. Nära TC fanns det många slingriga motorcrossbanor att förra sig runt på. Dag 1 startade 67 VSOK'are av 72 anmälda. Det blev inga segrar men fyra superstarka 2:a placeringar: Fredrik Hamrefors H18E med en diff. på 1:10 till ettan och km tiden 6:25, Robert Palm H50, Lenart Öberg H85 och Per Herman ÖM5. Totalt innehöll startlistan 1045

anmälda. Det var även avslutning av Dalakuppen för dalaungdomar.

Först till TC på söndagen var Elis Viklund H14 och pappa Pär Viklund ÖM3. Elis blev 15:e av 28 i H14. Det var hela 70 från VSOK som startade dag 2. Det blev fyra 1:a platser: D10 Elin Palm, H45 Johan Ahlström, H50 Robert Palm och D16 Klara Åkerman Sjöström. Klara hade tiden 34:09, 29' före tvåan och med en kilometertid på 7:45. En bild är inifrån startfällan strax innan Klara stack iväg i full fart.

En orienteringslabyrint / Christina D. Gohde

med fyra banor var på plats där barn och alla andra kunde kuta runt på tid. Det var Göran Andersson, tidigare landslagschef, som hade den för att bl.a. promota för Wold Orientering Day.

God sortering av mackor och godis på marken, speciellt de med anjovis och ägg smakade bra kan jag intyga. Även på söndagen blev det fina 2:a placeringar: D55 Eva Wadman, H12K Felix Slagbrand, H16 Kalle Åkerman Sjöström, H18E Fredrik Hamrefors och ÖM2 Kerstin Sundberg.



## VLT-loppet

En löpartävling för barn och ungdomar upp till 14 år i centrala Västerås som VSOK arrangerar.

Lördagen den 16 juni 2018

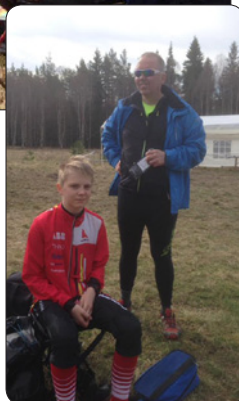
Start och mål på Fiskartorget  
Västerås.

Start kl. 10.30 (f 2004-2009)

Start kl. 11.00 (f 2010 och senare)

Inbjudan finns på:

<http://idrottonline.se/VasterasSOK-Orientering/globalassets/vasteras-sok---orientering/dokument/vlt-loppet-2018.pdf>



## Först i mål

I början av maj arrangerade Eskilstuna OL Först i mål för veteranerna på Vilsta sportcentrum. Tävligen gick för 25:e gången och det skulle också bli den sista. Man använder sig av ett intrikat system som baserar sig på deltagarnas resultat i tidigare tävlingar för kunna placera ut personen på "rätt" banlängd. Det fanns 14 banor från 5060 km till 1610 km och idealtiden var beräknad till 48'. När alla 161 startade samtidigt så blev det lite struligt innan alla tagit sin karta och dragit ut mot sin första kontroll.

Först i mål kom 85-åriga Gunnar Lord från Arboga

OK. Han sprang kortaste banan och kom in på 36:17 efter en mycket liten bom. Det uppmärksammades med en artikel i Eskilstuna Kuriren dagen därpå. Gunnar fick en tavla och O-boken i pris.

Bäst på längsta banan (Klass 9) var Hans-Ove Eriksson från Nyköpings OK, som kom in på 40:06 och hade den bästa km-tiden: dvs. 7:55.

Redovisar några resultat av VSOK'are med km-tider

**Klass 13:** 7:a

Lars-Erik Rask 12:34

**Klass 14:** 4:a

Torsten Lund 11:39

**Klass 16:** 4:a

Kenneth Lövgqvist 14:17

och 5:a  
Margaretha Lövgqvist 14:19

**Klass 17:** 1:a

Kristina Wählin 13:53

och 2:a Björn Ekholm

13:55

Kanske kommer någon klubb fortsätta att arrangera något liknande kommande år. Beräkningsmodellen bör i så fall ändras så att inte bara de som "får" kortaste banan har största chansen att komma Först i Mål.

Christina D. Gohde





# Västmanlands Park Tour

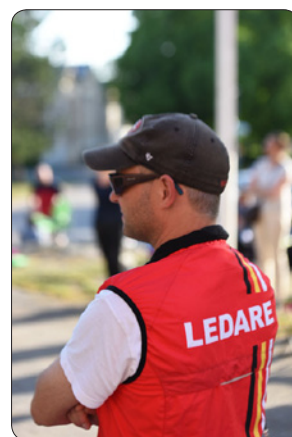
Ett naturligt inslag i Våren är den lokala tävlingen Västmanland Park Tour. Efter att ha sett VSOK både i Köping och i Västerås i fantastiskt försommarväder är det lätt att stråla ikapp med solen.

Att våra ungdomar är i distriktets framkant blir uppenbart då man tittar på ledartröjorna. Normalt en Västeråsare på dessa.

Att vi är en bred klubb med bra ledare framgår

också när man ser coachingen på plats och support längs banan för de allra nyaste. VPT är en utmärkt första tävling eftersom den går i stadsmiljö. Risken att helt komma vilse är klart mindre. VPT är också en bra träning på planering och snabbhet. Fort till kontrollen och fort därifrån. Löparna bokstavligt talat flyger fram.

David L



## Tages runda

När Tage Johansson lämnade oss i början av 2017, väcktes en tanke bland några av oss veteraner.

Tage hade ju sedan länge skaffat sin egen löprunda, en slinga på ca 4 km, som förstas snart kom att kallas "Tages runda". Visst vore det väl härligt att få hedra vännen Tage genom en skylt, som visade starten för hans runda.

Tage var den store entusiasterna, som verkligen älskade sin sport och som

veteran blev det segrar såväl i Veteran-VM som i O-ringen. Men Tage inte bara tävlade, utan ställde även upp som ledare i olika sammanhang. Som grädden på moset var han tävlingsledare då dåvarande Västerås OK arrangerade Dag-SM 1979. Tage tog dessutom initiativet till Minnesfonden, som varje år delar ut stipendier till våra duktiga ungdomar.

Nu är den tjugiga skylten klar. Ordentligt för-

ankrad finns den att beskåda strax bakom Orientalen. Rundan är dessutom uppmärkt med svartvit tejp, så varför inte testa ett varv eller två.

Torsten Lund



## Sprint\_Sprintstafett

Årets sprint DM gick i Skinskatteberg. Solen gassade och kreativa VSOKare visade att paraplyer är utmärkta att få skugga under.

Det blev en rolig dag med många spännande inslag som bland annat spurtstrid mellan Amanda Hall och Klara Åkerman

och många nära missar mellan H21 och HD10-12 som möttes i motsatta riktningar. Något att tänka på för framtida banläggare.

Bland de roligare inslagen var att än en gång se djupet i vår sport. I sprintstafetten var det full fart på både de aning-

en äldre, här personifierade av vår ordförande Anders Rooth och de aningenyngre.

VSOK hade ett mycket starkt resultat, av alla klasser upp till HD21 dominerade VSOK i toppen och i övriga klasser var det många roliga prestationer.

/David L





# Lyckad protest mot byggplaner

30 år  
VSOK

I min skrivbordslåda hittade jag ett tidningsurklipp från VLT. Jag har noterat på det "1991 (92) ??". Själv har jag inget minne av denna planerade bebyggelse, men jag får nu göra denna berättelse utifrån tidningsurklippet.

Det hade planerats att bygga ihop Åshagen och södra Gryta med ett villaområde på 55 villor. Politikerna sade att man bara skulle bygga i den del av skogen som är närmast

Åshagen. Tidigare hade man ju tagit en bit av skogen när Åshagen byggdes ut. Nu skulle det bli ännu mer. I praktiken skulle hela skogspartiet norr om Orientalen bli förstört med allt som hör till ett villaområde.

En insändare av gamla konsumchefen och orienteraren Arne Jägmo som kritiserade bostadsprogrammets idéer om Rocklundaskogen, satte igång en protestaktion. En villaägare på södra Gryta reagerade och menade att något måste förhindra detta. Detta är ju ett rekreationsområde med motionsspår som förbinder södra och norra Rocklundaskogen. Av en granne fick villaägaren

tips om att kontakta Nils Wåhlén (var då VSOK-medlem). De två satte igång att knacka dörr och samla in namn på protestlistor. De fick ihop 1000 namn från folk på Önsta-Gryta och Åshagen samt från föreningar och skolor runt om i staden. Protestlistorna och argumenten presenterades för politiker i byggnadsnämnden och de gav upp utan större pennfäktning och skogen fick förbli orörd.

Jag har inte sett någon ritning på byggplanerna, men man kan tänka sig ett scenario hur det kunde ha blivit.

*Per Haepling*



## Klubbläger

*VSOK i Sundsvall eller klubbläget som kom vilse*

Under Kristi Himmelsfärdshelgen var det tänkt att klubben skulle ha ett läger i Sundsvall. På grund av trassel med boendet blev det inte så men ett trettio-tal VSO-

Kare valde att åka upp ändå. En drivkraft var att få prova på terrängen då den liknar den O-ringen vid Höga kusten samt USM kommer att erbjuda.

Det blev en upplevelse och det strålande försommarvädret gjorde det bara bättre. Alla etapperna bjöd på omväxlande utmaningar och vackra vyer i omedelbar närhet till Östersjön.

Jonna Fors lyckades bra i D20 elit och Anna Lindgren lyckades väl i D45.

En kväll bjöd Lars Hall på guidning i centrum och långbordet blev på restaurang så ett viss inslag av klubbläger blev det trots allt.

*David L*



INFO-bladet är ett medlemsblad för Västerås Skid- och Orienteringsklubb

INFO-bladets redaktion: Christina Gohde, Per Haepling, David Lindgren

Redaktör och layout: Hans-Erik Skalberg Adress: infobladet@vasterassok.com