

info bladet

Nr 9. OKTOBER 2018



OL-rounden

Åker man till Ridrarhyttan för att orientera vet man att det bjuds på riktiga utmaningar i fantastiskt fin terräng. Så var det även på årets OL-rounden, 1-2 sept, där banorna gick runt och över Uvberget. Lördagens medeldistans höll sig på väster sida om berget medan långdistansen bjöd på hela berget (minst en gång).

Även vädret hjälpte till att höja upplevelsen i skogen med både sol och värme.

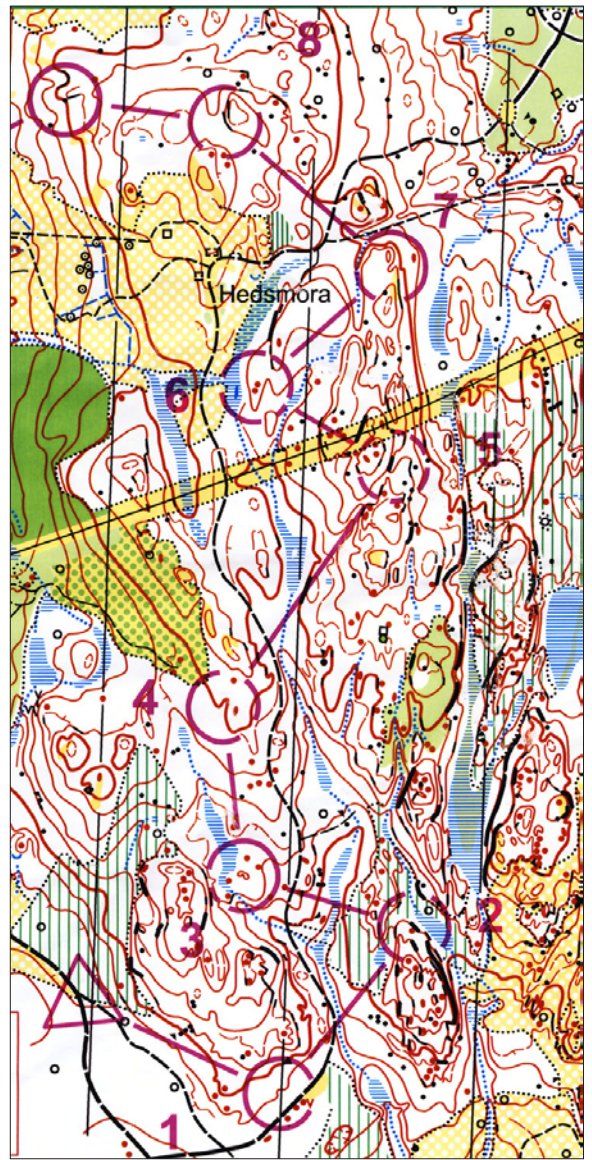
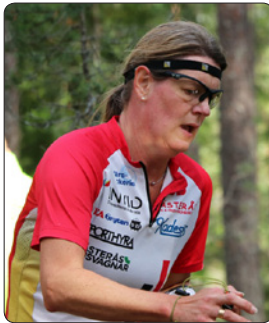
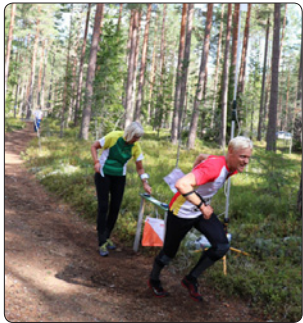
Västerås deltog med 63 personer på lördagen som totalt drog 427 löpare. Vi hade 4 st 1:or, 6 st 2:or, 6 st 3:or och ytterligare ett stort antal bra placeringar.

Söndagens långdistans lockade 328 löpare varav 56 var från VSOK. Här

blev resultaten om möjligt ännu bättre med 10 st 1:or, 5 st 2:or, 9 st 3:or och många andra bra resultat.

Ett något udda inslag på tävlingsområdet var en helikopter som strök över trädtopparna med en stor ring under buken som ett UFO. Varv efter varv åkte den över våra huvuden under lördagen. Kändes nästan lite skrämmande till en början. Vad gjorde den? Letade den efter borttappade orienterare? Nej, den letade efter mineraler. Ett företag från Kanada som varit där ett par veckor.

Hans-Erik



Arosträffen 2018



Lördagen 27 oktober arrangerar vi Arosträffen, medeldistansorientering på Sundängen.

Banläggare är Ulf Hamrefors och Anders Älvegran är tävlingsledare.

Arenan ligger i Kilsta by strax öster om Kungsbyn.

Karin Åkerman-Sjöström marknadsför arrangemanget i samarbete med OK Enens oktoberrace, Steam Hotel och med Ittala saker på prisbordet. Tillsammans med Hans-Erik Skalberg har en trevlig inbjudan gjorts som finns på Eventor.

Anders och Ulf har tillsammans med Lars Jakobsson som ansvarar för mark och jaktfrågor varit på arenan och rekat. Förutställningarna för en trevlig arena är mycket goda. Marken är gammal vall

som markägaren kommer att slå av gräset på hösten. Det finns stora ytor med direktanslutning till parkering samt bra läge för lite höstsol.

På Facebook finn ett evenemang skapat som "Arosträffen, orientering medeldistan" passa på att dela och bjuda in vänner till evenemanget.

Karta har Roger Åsberg ritat kartan och justeringar har gjorts av Hans Greijer. Ulf Hamrefors lägger banor med hjälp av Henrik och Fredrik och P-O Sjöström är bankontrollant. Sekretariatet hålls ihop av Mikael Davidsson. Och Göran Ählén samlar ihop utsättarna. Prisutdelning sköter Karin Åkerman-Sjöström och markan med Tacobuffé fixar Camilla Älvegran tillsammans med

Stina och Daniel Björnberg med flera. Joakim Ahlström har hand om starten och Johan Herbst ansvarar för arenan.

Det som är lite oklart är tillgången på tält då det blåste sönder ett tält på Power Trail. En genomgång av tillgängligt material bör ske innan tävlingen för att säkerställa tillgången på material.

Det behövs fler funktionärer så kontakta gärna de som ansvarar för någon funktion eller Anders Älvegran om vad ni vill vara med och arbeta på tävlingen.

Anders Älvegran,
tel/sms: 073-810 40 30,
messenger: Anders Älvegran

Valdag med vägval

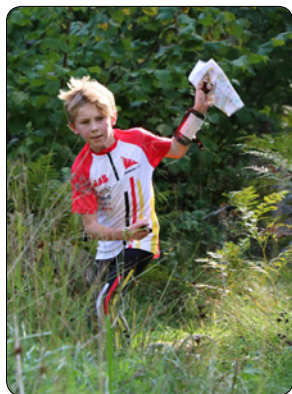
Vandraringen arrangerade sin nationella tävling, vid namn Höstträffen, på valdagen 9 september. Dagen innebar att man både skulle klara av att välja Sveriges regering och rätt vägval i skogen mellan kontrollerna. Tävlingen var förlagd till Gammelby i Virsbo. Skogen här hade klarat sig från den stora

skogsbranden 2014. Skräddartorpskartan hade förlängts söderut 2018 och terrängen bestod av ganska lättlöpt barrskog med måttlig kupering. Närmast arenan fanns stigar att välja på. En stor kraftledning skar genom tävlingsområdet, som man också kunde välja.

Tävlingen hade 344 startande, varav drygt hundra

löpare valde att springa de öppna banorna med anmälan på tävlingsdagen. Det fina sensommarvädret med sol och värme inbjöd till att välja det. VSOK hade 114 startande och erövrade 12 segrar, 14 andraplatser och 12 tredjeplatser.

Per Haepling



Norbergs OK:s nationella och Bergslagsträffen



Norbergs OK:s nationella är namnet på Norbergs OK:s tävling som arrangerades lördagen 15 september. Tävlingsarenan var vid Per-Olsskolan i östra utkanten av Fagersta och tävlingsformen var medeldistans. Här finns det hur mycket skog som helst ända fram till Norberg. Kartan heter

”Älg-sjöarna”. Terrängen var rik på stigar närmast start och mål, vilket gynnar bra banläggning av t.ex ungdomsbannor. Tävlingen samlade drygt 400 startande, varav 36 från VSOK som tog tre segrar, tre andraplatser och fem tredjeplatser. Segrare blev Lars Jakobsson H65, Tomàs Szüts H16 och i klassen H10 vann Gustav Juhlin som före sin tvillingbror Ludvig.

Nästa dag, alltså söndag 16 september, var det tävling på samma ställe. Nu var det Fagersta OK som hade huvudansvaret och

tävlingens namn är ”Bergslagsträffen”. Tävlingsformen var långdistans. Tävlingsområdet med mål och start var detsamma och även en del kontroller. Den här dagen var det färre deltagare (VSOK hade dock fler) och så brukar det vara när det gäller att välja mellan medeldistans och långdistans. Från VSOK var det 40 startande och av dessa hade 17 valt någon av de öppna motionsklasserna med anmälan på tävlingsdagen. Bland tävlingsklasserna togs segrar av Maja Ahlström D14, Elis Wiklund H14, Mattias Löfqvist H40, Malena Ahlström D45 och Margareta Löfqvist D70.

De som inte kunde njuta av sina prestationer resultatmässigt fick i alla fall göra det i de varma och sköna duscharna inomhus.

Tack!

Per Haepling

Många DM-tecken till klubben!

59 VSOK-löpare delade på 96 DM-tecken vid årets sex DM-tävlingar, individuellt eller i något stafettlag. Flera löpare tog mer än ett DM-tecken. Värst var Maja Ahlström D14 med hela fem DM-tecken. Fyra DM-tecken var tog Erik Palm H12, Klara Åkerman Sjöström D16, Fredrik Hamrefors H18, Martin Sandkvist H16 och Robert Palm H50. Tre DM-tecken var erövrades av Anna Lindgren D45, Nova Sahlén D12 och Kalle Åkerman Sjöström H16.

Ultralång

Först ut av årets DM-tävlingar var ultralångdistans 2 maj. Tävligen arrangerades av Arboga OK och arenan vid deras klubbstuga. Start och mål var vid före detta Nalles bar efter gamla E18 ut från Arboga. Tävlingsterrängen var norrut därför. Det blev 12 DM-klasser med minst två startande för att räknas som DM. Totalt (förutom öppna banor och löpare från andra distrikt) var det 57 startande. VSOK hade 15 startande och fick sex DM-segrare.



Sprint

Andra DM-tävlingen på vårsäsongen var sprint i Skinnskatteberg 26 maj. Banorna var strängade i centrum av samhället. På denna tävling tog VSOK 19 segrar av 32 DM-klasser. VSOK var dominerande i flera klasser, t.ex belades de sex första placeringarna av 12 startande i klassen H10. I klassen H12 togs de fyra första placeringarna av VSOK bland 11 startande. Kasper Westman segrade i H21. Totalt startande i DM-klasserna var 269, varav 110 kom från VSOK.



Natt

Efter sommar och semester drog DM igång med nattmästerskapet 24 augusti. Det var ett samarrangemang med Västmanland, Södermanland och Örebro län. Arrangör var OK Tor och tävlingen hölls vid Lockmora i Kungsör. Västmanland hade klassindelning med bara jämna år, typ H50 inte H55. Terrängen här är skogsmark med genomkorsande stigar passande nattorientering. Totalt anmälda från alla distrikt tillsammans var 260 löpare. Från Västmanland startade 85, varav 37 från VSOK i klasserna HD21 till HD12. Till VSOK delades ut 11 DM-tecken.

Stafett

Söndag 26 augusti fick man ta sig ända upp till gränsen mot Dalarna mellan Avesta och Norberg för att tävla om DM-medaljerna i stafett. Avesta OK var arrangör av detta arrangemang för Dalarna och Västmanland. För Västmanlands del hade varje klass tre sträckor utom D60, D70, H70 och H80 som bara hade två sträckor. VSOK hade anmält 21 lag och av dessa kom 19 lag till start. VSOK segrade i åtta klasser, vilket gav DM-tecken till 23 lagmedlemmar. I klassen HD12, som får ha fem löpare i laget (både flickor och pojkar) belade VSOK de tre första placeringarna av sju startande lag. I det segrande laget ingick Alicia Hermann, Ludvig Juhlin, Olle Oldaeus, Oscar Noring och Hugo Zetterberg. VSOK tog segern i både H21 och D21.

Långdistans

Smedjebackens OK arrangerade DM i långdistans för Dalarna och Västmanland 22 september. Tävligen hölls vid Björbo, 3 km sydost om Smedjebacken. Startlistan innehöll 561 löpare, varav 160 kom från Västmanland. VSOK hade 90 anmälda i de olika klasserna, därav ett 10-tal i öppen klass eller U-klass. Dalarna dominerade i resultatlistorna (bägge distrikten tävlade i samma klass), men om det bara var minst två startande Västmanlänningar i klassen blev den DM-mästare som var bäst, även om placeringen var långt ner. VSOK kammade hem 18 DM-tecken.



Medeldistans

Nu var vi tillbaka till de västmanländska skogarna, när Köping-Kolsva OK arrangerade DM-medeldistans 23 september. Tävlingsarenan var inne i Köping vid Elundsskolan. Det var stadsnära terräng med många stigar att hålla reda på. Av startlistans 296 namn var 130 tävlande för VSOK. Det var 31 tävlingsklasser och 20 vanns av VSOK-löpare.



Veteran SM

Om man inte sprang sprinten, och det gjorde man inte, så gick Veteran SM mellan Perstorp och Örkelljunga. Dit tog det bara sex timmar att köra. Jag frågade några, men ingen ville göra mig sällskap, så jag åkte ensam.

Jag bodde i Örkelljunga i en källarskrubb med en säng som var ungefär sjuttio centimeter bred. Men jag sover alltid dåligt på resor och man ramlar inte ur sängen lika lätt när man ligger vaken. Det bodde folk från Alfta på samma ställe. De gjorde reklam för nästa års SM som går däruppe. Dom undrade om vi var en liten klubb utan veteraner eftersom VSOK bara hade två deltagare.

Lördagens medeldistans vill jag helst förbigå med tystnad. Bland alla gropar och stenvägar blev det tre stora bommar. Jag tänkte ge upp, men gick ändå i mål. Att jag blev trea ändå visar väl att det var fler som missade.

Efter ännu en natts dålig sömn så orkade jag inte tänka ut några extra finesser på vägvalen på långdistansen, utan gjorde det enklast möjliga och då gick det bra. Det blev guld, även om guldhalten i medaljen inte är så hög, så blev den ändå ganska dyr, med dagens bensinpris och ensam körning i tolv timmar.

PS. Enligt inbjudan skulle det vara bokskog, men jag såg inga böcker, bara träd.



Kuno

Vedbokampen 6:e september

VSOK-veteranerna arrangerade en tävling vid Vedboacken, som lockade 166 startande från Södermanland och Västmanland samt några från Dalarna. TA var vid basen av slalombacken och de flesta kontrollerna var i skogsområdet söder om Vedboacken. Det är stigrikt och delvis svårt med mycket hållar och stenblocksterräng. Sam-

ma område där vi (VSOK) har ena delen av årets Naturpass. Men inte samma karta! Veterantävlingskartan var mycket mer detaljrik och nyare. Jag upptäckte att den sista kontrollen, som var en sten i södra slutningen, inte ens fanns utsatt på Naturpassetkartan.

Vädret var idealiskt efter en uppfriskande regn-
skur under morgonen,

och "sekretariatet" kunde man ha under tak intill liftstugan. När de tävlande gått i mål blev det en kort tur till Orientalen för utstämpling och dusch samt traditionell fika, bestående av kalkon/skinksmörgås och en ostmacka.

Jag gick upp till toppen av backen för att ta några översiktsbilder och såg och hörde två korpar som satt alldeles ovanför mitt huvud på toptornet - en vildmarksupplevelse nästan mitt i bebyggelsen!

Christina Danielsson
Gohde

Resultat

A-banan: Hans-Erik Skalberg VSOK och Infobladets redaktör vann 26 sek före Mikael Wikström Arboga OK och på 5:e plats kom Per Erik Fogel VSOK

B-banan: Pernilla Klemets Hallstahammars OK segrade på 46:24

C-banan: hade flest startande (54 st) och där segrade Bo Andersson från Strängnäs-Malmby OL på 38:05. Bästa VSOK: Ronny Lindkvist på 21:a och Toni Andersson på 23:e plats.

D-banan: Inge Gustavsson från Strängnäs-Malmby OL vann med 14:30 som km-tid och Rune Vikman VSOK kom 7:a med 18:01 i km-tid.

E-banan: Segrare Gunnar Lord Arboga OK 2:58 före Elsmarie Lundkvist från OK Nalle. Bengt Johansson VSOK kom fyra.



Veteranjubilärer

På veteranträningen 18/9 firades höstens veteranjubilärer med tårta och blomma.

Från vänster: Roland Svenman 85, Olle Bergman 90, Ulf Bolinder 80, Göran Åhlén 80, Reijo Kivistö 80, Kuno Österlund 80.



MEDLEMSLOTTERIET

Vinnarna i septemberdragningen:

500:- A95 J-O Bergman B95 Ingrid Lundström
300:- A37 Anders Wikström B37 Lennart Öberg
100:- A97 Agneta Dahlgren B97 osåld
100:- A98 Peter Cederlöv B98 Annika Sundström

Gratis till presentkortet som gäller på obegränsad tid hos ICA-Grytan!

Christina D. Gohde

Vi har frågat våra ordförande genom åren - Vad kommer du speciellt ihåg från din tid som ordförande? Svaren vi fick redovisa i kommande nummer!



Lars Jakobsson Ordförande 1999 - 2002

30 år
VSOK

Min period som ordförande blev mycket händelserik och intressant. Jag hade tidigare varit engagerad i många roller i klubben, men nu var det alltså ORDFÖRANDE, med som det kändes STORT ansvar. Med en kvalificerad styrelse skulle det nog gå bra.

Och det är faktiskt en ynnest att få delta i styrelsearbete om man verkligen vill komma in i klubben och lära känna alla medlemmarna väl – från nytil-

kommande till etablerade veteraner.

Hur gick det till att bli ordförande? Nyligen tragiskt bortgångne Kenneth Löfvist var smart när han introducerade mig i ett ordförandeskap – det gick inte att säga nej till kandidaturen och det medförde att jag fick flera roliga och arbetsamma år framåt. Kenneth myntade också uttrycket "VSOKs manifestationer", vilket skulle utvecklas under perioden.

Efter det lyckade PWT-arrangemanget på Djäkneberget 1 maj 1998 fick vi lite blodad tand. Plötsligt en dag hösten -99 (när jag stod hemma i köket) ringde Lena Larsson(Sala OK) mig och undrade om vi inte skulle söka VM 2005?

Lena, som då var styrelsemedlem i SOFT, tyckte att fler distrikt i Sverige skulle kämpa om arrangemanget.

Hoppas där kom den! Nu började tankarna snurra för fullt. Hur påverkar det vår verksamhet? Kan ett VM-projekt drivas parallellt? Hur ser ekonomin ut? Vilken nytta drar vi av det för framtiden?

Under ett par år arbetade en projektgrupp med VM-ansökan och allt vad detta innebar. Vi jagade sponsorer, rekade tävlingsområden, byggde organisationen, hade möten med SOFT och IOF mm mm.

Klubbarbetet glömdes dock inte bort. Vi såg till att ha en budget i balans, skapade målsättningar och

aktivitetsplaner för klubben och de olika kommittéerna. Delvis lever detta ännu idag. Under dessa år genomförde vi också flera "manifestationer" för gemensamma mål och gemenskap. Vi satte bl a fokus på 10-mila, 25-manna och 5-dagars. På arrangörsidan levererade vi Sveriges första Sprint-SM -02. Resultat som sticker ut är vår 11:e plats på 25-manna -02 och Mattias Millinger i startgrupparna på väg mot flera SM-guld och landslagsuppdrag.

VM då? Jo, det blev ju inget VM i första ansökan till 2005. Men vi kom väl förberedda tillbaka och fick arrangera 2004. Ja, som ni vet blev detta klubbens största projekt hittills

och väldigt lyckat.

Själv avgick jag som ordförande hösten 2002 för att kunna arbeta helhjärtat med VM 2004. Då blev Anders Sahlén in som ordförande och får nu chansen att berätta hur han upplevde den perioden.

Lars Jakobsson



Anders Sahlén Ordförande 2001 - 2005



Jag satt i styrelsen 2001-2005. Inledningsvis som vice ordförande när Lars Jakobsson var ordförande. Vi visste ju att det var en tidsfråga tills det inte längre var hållbart för Lars att vara ordförande och samtidigt leda VM-arbetet. När han till slut började arbeta på heltid med VM, så tog jag över som ordförande.

Många var ju självklart engagerade och involverade i VM och VM är ju värt ett kapitel för sig, och vil-

ken folkfest! Jag upplevde som ordförande att även inom andra områden så var det ett grymt drag i klubben. Ingenting var omöjligt. Klubben hade många olika typer av drivna eldsjälur. Det hände otroligt mycket i klubben. Breddmässigt var 25-manna kronan på verket, där vi som klubb visade styrkan och mönstrade 4 till 6 lag varje år. Första laget tampades ofta högt upp i resultatlistan, men vi blev även bästa andra lag/tredje lag.

Under de här åren hade vi en bra elitmiljö med många framgångar, framförallt på de mindre stafetterna. Min känsla var att det var ett mycket bra lagbygge med stor bredd, men även möjlighet till elitspets.

Det största som hände var givetvis Mattias Millingers junior VM-guld. Imponerade och stort! Det roligaste var nog viljan att tillsammans skapa något och hitta lösningar. Vi hade några stycken brittiska landslagslöpare som sprang för oss. De sov och åt hemma hos medlöpare och ledare. De fick låna min och Pernillas gamla rostiga Mazda för att komma ut på träningar och tävlingar. Zlatan hade kanske ställt högre krav på service, men de var väldigt tacksamma. Det blev på en nivå som klubben klarade av, samtidigt bidrog de till ännu mer spets på träning och tävling.

Det hände mycket i livet under den här tiden också. Under ordförandetiden

fick vi våra två barn. Jag tog under den här tiden även över familjeföretaget. Det gick runt 24/7, så fast familjelivet, företaget och klubbarbetet var fantastiskt kul blev det ändå naturligt att kliva av.

Jag kommer alltid vara tacksam för de här åren.

Jag fick många nya "vänner för livet" under den här perioden. Att få jobba ihop med dessa grymma ledarna, ingen nämnd ingen glömd, det var en ära.

Ett stort tack!

Anders Sahlén



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