

PÅ SPÅRET

2 | 2014



REDAKTÖRSRUTAN

Orientering och teknik, två ord som är tätt sammanlänkade på ett betydligt djupare plan än bara genom orienteringsteknik, både på gott och på ont. Orienteringsrörelsens stora arrangemang har på senare år utvecklats med hjälp av ny teknik, som GPS och inte minst internets stora genombrott, till fullfjädrade underhållningsproduktioner som kan upplevas både på plats och kanske framför allt hemma i TV-soffan. Samtidigt går våra mindre arrangemang en lika tekniktyngd framtid till mötes. Stiftklämmornas tid är sedan länge förbi och alltmer teknik används för att på bästa sätt erbjuda en snabb, korrekt och effektiv service till deltagarna. Men börjar det gå för långt? Har det blivit för avancerat? Tekniken har en otrolig potential med den måste göras mer lätthanterlig. Våra tävlingssystem måste utvecklas med både stor användarvänlighet och exceptionell driftsäkerhet. Hur många år tar det innan hela sekretariatet har flyttat in i en mobiltelefon, alla kontroller är radiokontroller och varenda tävlingsdeltagares positioner kan millimeterbestämmas med GPS?

Om vi bortser från den teknik som används i sekretariatet så blir även kartritningen mer och mer digital. Sedan ett par år tillbaka är hela Sverige laserskannat och höjdkurvor kan genereras genom ett par snabba klick vid datorn. Men utvecklingen har inte stannat där utan med hjälp av programmet Karttapullautin går det numera att generera en helt klart löpbar orienteringskarta. Tekniken är ännu inte mogen att på egenhand rita kartor till stora tävlingar men utvecklingen går onekligen åt det hållet. Ett exempel är LOK:s nyligen instiftade sommarcup, en enklare serie tävlingsträningar med kartor baserade på denna teknik. Hur många år tar det innan O-ringen går samma väg?

Fredrik Peterson, redaktör

FRAMGÅNGAR PÅ 10MILA

Sid. 4-5



Foto: Per Gustås

STAFETTPENNAN MED INGER

Sid. 10



Foto: Inger Gustås

ÅRSMÖTE MED ORDFÖRANDESKIFTE Sid. 15



Foto: Per Magnusson

På Spåret 2 | 2014

- medlemstidning för Linköpings Orienteringsklubb

Ansvarig utgivare: Fredrik Peterson

Korrekturläsning: Peter Jakobsson

Omslagsfoto: Per Magnusson

Distribution: Rune Karlsson

Tryck: LIU-Tryck

Upplaga: 400ex

Vill du bidra till nästa nummer? Skicka ditt bidrag i form av text eller bild till pasparet@lok.se senast den 15 augusti.

Undersåtar!

Nja, det kanske blev en lite väl offensiv rubrik. Jag får nog börja om. Kära klubbkamrater!

Så ja. Jag vill återigen tacka för förtroendet att få företräda Linköpings OK som dess ordförande. Det är inte helt lätt att efterträda Thomas Stenström, och dessförinnan Ulla Kjell, men lyckligtvis är jag omgiven att kloka människor till höger och vänster, så ett visst hopp finns. Orienteringsmässigt har min ämbetsperiod börjat förträffligt. Kanske inte för egen del, men våra duktiga damer har redan visat framfötterna; seger i D17 på Måsenstafetten via Sofia S., Fredrika V. och Alva O. Alva har sedan fortsatt med att prestera bra på EM i Portugal, med bland annat ett imponerade silver i stafetten. Grattis!

I skrivande stund är precis Vårspringet avklarat med Micke A. som tävlingsledare och Roger D. samt Pia V. som banläggare. Det blev ett fint arrangemang även om en olycklig gallring i skogarna dagarna innan tävlingen kom lite olägligt. Som Thomas skrev i förra ledaren är orienteringstävlingarna ryggraden i vår sport, och vill vi springa så måste vi arrangera. Fler arrangemang står också för dörren, Blod-omloppet (avklarat när du läser detta) samt sprint-DM. Hörsamma uppropen om att hjälpa till, alla behövs!

Administrativt har ordförandeskapet börjat ungefär som förmodat. Mest oväntat har nog varit alla samtal/mejl från diverse håll, där någon utomstående vill komma i kontakt med LOK. Det kan gälla allt från hundklubbar till konsultfirmor. Annars sker ju det löpande arbetet ute i kommittéerna via flitiga medlemmar, och på kort sikt rullar det arbetet på oberoende av vad ordföranden råkar heta. På lite längre sikt har styrelsen en strategisk roll, och ibland måste LOK "tycka" i olika ärenden. Till exempel, vill vi vara med och arrangera O-ringen i Kolmården om fyra-fem år? Vad tycker Linköpings OK? Men LOK, det är ju vi alla. Vad tycker vi? Vad tycker du?

Eder ödmjuka ordförande,
Magnus Hebbe Herberthson

Adress:

Linköpings Orienteringsklubb
Vidingsjö, LOK-gården
589 53 Linköping

Telefon:

013-15 74 26 (telefonsvarare)

Hemsida:

<http://www.lok.se>

E-post:

info@lok.se

Medarbetare i detta nummer:

Magnus Herberthson
Sofia Salomonsson
Jonas Lundgren
Fredrika Vångell
Tove Ekström
Maria Olofsson
Inger Gustås
Johan Stenström
Mikael Andersson
Per Carlborg
Karl Andersson
Lennart Stureson
Arne Danielsson
Benkt Andersson
Per-Johan Persson
Ulla Kjell
Per Magnusson
Per Gustås
Thomas Rimhagen

Vi välkomnar nya medlemmar:

Maja Ahrle	Ludvig Eriksson	Hugo Laudon	Jacob Nordenryd
Ann-Christin Andersson	Alvar Erjeby	Malin Laudon	Ilpo Paakkolanvaara
Axel Andersson	Erik Erjeby	Roger Laudon	Kalle Paakkolanvaara
Olle Aronsson	Tuva Erjeby	Alice Levander	Mikko Paakkolanvaara
Olle Berglund	Linus Hedman	Ella Lind	Alice Persson
Gustaf Björkman	Edvin Henriksson	Meija Lind	Linda Salomonsson
Ida Björkman	Hannes Hägglund	Anna-Riikka Lithovius	Freja Strand
Amanda Blomvall	Anders Johansson	Carl Mattsson	Karl Tålegård
Gabriel Blomvall	Annika Johansson	Eric Melin	Maria Wallin
Jörgen Blomvall	Oliver Johansson	Emelie Midfors	Robin Wiggur
Erik Carlsson	Oskar Kjellman	Julia Midfors	Hannah Åkerblom
Sara Carlsson	Linnea Larsson	Katarina Midfors	Marcus Åkerblom
Siri Dagnelund	Martin Larsson	Tommi Midfors	Otto Åkerblom
Sanna Dalbark	Morgan Larsson	Elin Nilsson	
Elvira Eriksson	Simon Larsson	Ebba Nordenhem	

Topp & bredd på 10-mila

10mila är tveklöst en av årets höjdpunkter och ett av LOK-damernas stora mål under säsongen. I år avgjordes tävlingen i Småland, närmare bestämt i Eksjö. Efter fjolårets elfteplats var nu förväntningarna höga och siktet inställt på en topp tio placering. Med ett riktigt starkt lag på papperet, toppat med de formstarka tjejerna Alva Olsson och Fredrika Vångell, fanns det verkligen all anledning att ha höga förväntningar.



Damerna samlas under ledning av Pia Vångell.

Foto: Per Gustås

Laguppställningen för förstalaget såg något annorlunda ut jämfört med fjolårets. Ekaterina Nikitina kunde inte vara med i år, men istället kom löpstarcka Cecilia Kleist in i laget. Som så ofta förut tog hon hand om förstasträckan, vilket oftast brukar sluta lyckosamt. Förra året krockade 10mila med en löpartävling men i år prioriterade alltså Cecilia orienteringen. Så i årets förstalag sprang Cecilia Kleist, Sofia Salomonsson, Amy Rankka, Fredrika Vångell och Alva Olsson.

LOK ställde även i år upp med fyra damlag så förutom Cecilia stod också Sara Jonsson, Elin Gunnarsson och Anna-Riikka Lithovius redo på startlinjen. Löparna släpptes iväg på första sträckan och tävlingen var igång. I år hade arrangören satsat stort på storbildssändning på målplatsen, TV-kontroller och GPS-sändare på de 25 första lagen från fjolårets tävling. Det gjorde att åskådare och kommande löpare hade bra koll på vad som skedde i tävlingen. Tyvärr kunde vi därför tidigt konstatera att Cecilia gjort ett par missar i inledningen och var några minuter efter. Absolut inget katastroflop på något sätt och Cecilia växlade som 66:a. Hon har skämt bort oss med att många gånger vara med i den absoluta täten, men den här gången fick vi alltså inrikta oss på

att jaga placeringar. Tidsmarginalerna var små och fortfarande fanns chansen till en mycket bra placering.

Jag sprang ut på andrasträckan och kom bra in i loppet. I början var det lite risigt med några grönområden och hyggen men en bit in på banan blev det riktigt fin terräng. Det var lättlöp och bra sikt så det gick att springa på bra men det gällde också att kunna växla ner tempot då kontrollerna satt i mer detaljerade områden. Efter sista jobbiga backen och ett långt upplopp kom jag i mål som 38:e lag efter att ha plockat 28 placeringar.

Jag växlade sedan ut till Amy som gjorde ett kanonlopp på tredje sträckan och plockade tre sekunder på täten, hon plockade även 10 placeringar och var inne som 28:e tjej. Amy hade också nionde bästa sträcktid på sträcka tre. Fantastiskt bra gjort! Nu sprang Fredrika ut på fjärde sträckan och visade upp lika bra form och orienteringsteknik som hon haft under hela vårsäsongen. Hon plockade upp laget till en 21:e plats.

På sistasträckan var det dags för vår stora stjärna, landslagstjejen Alva Olsson. Alva sprang bra och plockade ytterliga-

re placeringar, men kom i mål lite smält besviken då hon ute på banan hade fått stanna upp då hon märkte att banpåtrycket inte stämde på kartan. Då hon skulle springa från kontroll 22 till 23 kom kontroll 24 före kontroll 23, vilket gjorde att hon fick ta ett stopp för att reda ut vart hon skulle. Detta gjorde att hon tappade klungan hon hade haft kontakt med. Trots det plockade hon två placeringar och sprang in på en 19:e plats, vilket ändå får anses som klart godkänt för LOK 1 i den tuffa konkurrensen.

Ett stort plus var att hela fyra damlag från LOK fullföljde stafetten. Andralaget slutade på placering 149 där Sara Jelvegård sprang riktigt bra. Sara som är relativt ny i orienteringssporten, men mycket löpstark, plockade fyra placeringar på tredje sträckan. Tredjelaget slutade på placering 202 och fjärdelaget på placering 257.

Det är kul att vi är så många LOK-tjejer som är med och kan peppa och inspirera varandra. Och vi kommer tillbaka! Vi har redan börjat ladda för nästa stora stafettmål som är Venlakavlen.

Sofia Salomonsson

Väl godkänt för herrarna

Efter en vår av idogt tränande och massor av spekulationer om laguttagningen så kom äntligen helgen med stort H, vårens stora händelse, 10Mila i Eksjö!

Årets tävling har haft ett ovanligt långt och upphaussat uppsnack. Redan i november presenterade sig en viss Mr. Secret Coach och publicerade ett första utkast till lag. Snacket började gå och det var lite blandade miner i herrtruppen. Några var mer än nöjda med sin sträcka medan andra var missnöjda. Kanske fick de senare tändvätska till vinterns nötande för kommande månaders lag såg inte alls likadana ut, med rätta. Många slets mellan hopp och förtvivlan och åkte in och ut ur laget och ett tag, under vinterns allra mörkaste månader, såg det ut som att det skulle få bli ett gäng veteraner som skulle få bära laget under stafettens slutskede, till fasa för det unga gardet. Tänk att bli petad av en gubbe, ve och fasa!

Men så kom det slutgiltiga laget och det fick bli ett av nyförvärven inför året, Joel Francén, som fick ta sig an den i år lite kortare förstasträckan, som dessutom gick i dagsljus. Eftersom den var just av den karaktären så blev det inte särskilt utspritt, utan det var många lag in samtidigt till första växeln. Joel växlade till slut knappa fyra minuter efter täten, hemmalaget Eksjö SOK, som dock hade en spanjor på första sträckan. Efter det så tog Mikael Andersson över stafettpippen på en liknande sträcka och gjorde ett bra lopp. Micke växlade precis mellan två väldigt stora klungor på ungefär 40 löpare styck. Peter Aronsson fick därför lite bråttom de första kontrollerna för att hinna ifatt klunga ett. Lite för bråttom skulle det visa sig. Vips så var den andra stora klungan ifatt. Peter fick i alla fall en relativt behaglig resa genom natten, på den första av de långa raka nattsträckorna som är en del av det nya konceptet som 10Mila-föreningen satsat på till i år.

Förstaårssenioren Jonas Lundgren växades ut på sträcka 4 i svansen på den andra klungan och fick likt Peter dra på lite i början för att inte bli ensam i skogen. Som tur var gick det inte spikrakt där framme i täten utan Jonas hittade snart en bra rygg och låg rutinerat kvar där resten av banan. Ryggen, Tobias Noborn från IFK Göteborg, gjorde knappt ett enda misstag och hela den andra klungan passerades och helt plötsligt var LOK uppe på plats 45. Nu gällde det för Peter Eriksson på sträcka 5 att skaffa sig bra sällskap inför den långa natten, i år 17,1 kilometer lång. Peter höll platsen bra och så gjorde även Erik Martinsson på sträcka 6, även om både efteråt pratade om mindre taktiska och tekniska misstag i skogen.

Ut på sträcka 7 gav sig sedan Joels bror Jonathan Francén, som fått hoppa in i laget istället för Fredrik Lindström som inte fått ordning på hälsan. Jonathan gör ingen besviken utan plockar ytterligare några placeringar upp till plats 42. Här tar en annan förstaårssenior, Erik Sköld, över och fortsätter klättringen till plats 39 med ett fint lopp i tät på en liten klunga.

Avslutningen såg också annorlunda ut i år jämfört med tidigare. Vanligtvis brukar det vara sista sträckan som är lång och där sätter alla toppklubbar oftast in sina främsta kort. I år var det dock ändrat så att sista sträckan var kortare och näst sista istället mätte 15,6 kilometer. Det orsakade säkert lite huvudbry för många lagledare. För LOK så sprang Per Carlborg den långa näst sista sträckan och även han plockade två placeringar och till slut var det dags för Ivan Nikitin att ta revansch för förra årets debacle, med en felstämpling som resultat. Ivan fick göra ett sololopp med flera minuter till närmsta lag åt båda hållen, och gjorde precis vad som förväntades. Han tog i mål laget på en slutlig 37:e plats, vilket är den bästa placeringen på många år för LOK:s herrtrupp.



Ivan för in laget i mål på plats 37.

Foto: Per Gustås

LOK hade även två ytterligare lag i herrkavlen. Andralaget, där framför allt Per Magnusson och Henrik Tosteberg gjorde bra resultat, slutade till slut på en stabil 117:e plats. Tredjelaget slutade på 229:e plats.

Sammanfattningsvis kan man säga att många gjorde stabila insatser. Det var få som gick riktigt dåligt, eller tappade tid på stora missar, vilket såklart är extra positivt i stafettsammanhang. Årets nyförvärv har gjort att striden om platserna i förstalaget hårdnat betydligt och många har höjt sig ett snäpp när det inte är lika självklart att ta en plats i laget.

Fler löpare betyder inte bara större konkurrens om platserna utan även bättre drag på träningarna, något som betyder bättre och roligare träningar. Förhoppningsvis kan vi spinna vidare på det här hela vägen till Finland i juni, dit vi skickar tre hela lag plus några extra löpare. Nu är det bara att fortsätta träna flitigt och visa UK varför just Du ska ha en plats!

Jonas Lundgren

SM Natt i Sigtuna

Årets tävling gick av stapeln den 11 april i Sigtuna. Tävlingen bjöd på rejäla banor som innehöll ett par långsträckor där det gällde att välja rätt vägval och hålla bra fart. Mitt på banorna fanns också ett tekniskt klurigt område där sträckorna var kortare och där det gällde att hålla koll på kompassen. Natto-orientering är ju speciellt på så sätt att det är mörkt och att man inte ser hur det ser ut runt omkring en på samma sätt som när man orienterar när det är ljus. Min taktik för kvällen var att ta säkra vägval, springa runt på stigar där det var möjligt och att hålla riktningen och vara noggrann inne i skogen.

Första kontrollen är en kort sträcka och jag gör direkt ett misstag. Riktningen har jag koll på men avståndsbedömningen funkar inte riktigt utan jag springer för långt. Misstaget kostar mig en minut och det känns inte bra att starta loppet såhär. Samtidigt får det mig att skärpa till mig. Jag beslutar mig för ett stigvägval till höger mot tvåan och jag spikar kontrollen. Skönt! Trean är en långsträcka och jag söker mig snabbast möjligt till en stig som jag kan följa länge innan jag behöver ge mig in i skogen och ta kontrollen vid ett litet kärr. Fyran är en svår kontroll. Nu gäller det att hålla riktningen. Men vad gör jag,

springer på tok för mycket åt öster och fastnar i ett kärr. Här borde jag stannat upp och läst in mig ordentligt men jag har lite för bråttom och fortsätter en stund till med hopp om att jag faktiskt är på rätt väg. Det är jag inte, men jag kan läsa in mig ganska snabbt och orientera mig rätt mot kontrollen. Till femman följer jag sedan precis planen och springer direkt mot stigen, springer stig runt och får en lätt ingång mot kontrollen. Spik på och bästa sträcktid. Nu är jag inne i det tekniska området med kortare sträckor. Hur roligt som helst. Här gäller det att hålla i karta och kompass och fokusera. Gör detta bra till sexan men tappar återigen riktningen till sjuan och får springa tillbaka. Nu är jag lite frustrerad och jag ser löpare i min klass runt omkring. Ut från kontroll nio gör jag något jag inte gjort på väldigt många år, varken på träningen eller tävling. Jag springer kontrakurs. Det här får bara inte hända. Vad håller jag på med? Har dessutom en lång sträcka mot tian framför mig och vill bara hitta kraft att springa fort på stigarna. Springer inte optimalaste vägvalet här heller utan tappar tyvärr ganska mycket tid. Slutdelen av banan flyter på ganska bra men får verkligen kämpa på för att hålla tempo och koncentration uppe.

Mitt lopp ger i resultat en 21:a plats. Placeringen är väl ganska okej men loppet är jag inte nöjd med. Vill ni se hur jag, och övriga GPS-löpare sprang så gå in på: <http://www.tulospalvelu.fi/gps/20140411SMnattD21/>

Det jag förutom mitt eget lopp minns bäst från tävlingen är Karl Walheims seger i H21.

Ett annat starkt minne är så klart jakten på nycklarna till stugorna vi skulle bo i på Fyrishovs camping. Tre LOK:are som klockan tre på natten står och frustrerat slår på ett gammalt igenrostat förvaringsskåp som inte vill öppna sig, trots rätt kod och grönt ljus. Samtidigt som vi övriga i minibussen börjar fundera på om vi har några bekanta i Uppsala som eventuellt kan ställa upp med sovplats. Eller om det helt enkelt ska bli en natt i minibussen.

Fredrika Vångell

Skanna QR-koden för att komma till sidan med GPS-trackingen.



Mobilmast vid LOK-gården?

Styrelsen har kontaktats av en teleoperatör som vill diskutera möjligheten att sätta upp en mobilmast vid LOK-gården. Den tar inte mycket yta i anspråk, ca 10 m², men är hög, runt 40 meter. Det finns flera tänkbara placeringar, och vi vet också att operatören undersöker andra möjligheter än vår tomt. Diskussionerna är i inledningsfasen, och många frågetecken återstår att rätta ut. Skulle vi nå en överenskommelse innebär det alltså ett visst ingrepp på vår tomt, men det skulle också bli ett välkommet tillskott till kassan. För att styrelsen skall gå vidare är det viktigt

att det finns en acceptans i föreningen och att alla medlemmar har möjlighet att ställa frågor samt ge synpunkter. Vi från styrelsen välkomnar därför sådana; prata med eller mejla till oss i styrelsen och lufta dina funderingar/åsikter.

För styrelsen,
Magnus Herberthson

Till höger, en mobilmast av typen monopole som är den typ av mast som är aktuell vid LOK-gården.





LOK's Sommarcup 2014



"Utmanande orientering i jungfruliga marker"

Information

LOK's Sommarcup är en ny serie träningstävlingar på kartor som genererats från LiDAR data. Detta gör att nya, jungfruliga områden kan användas som inte tidigare utnyttjats för orientering.

Fem riktigt fina och utmanande områden har valts ut för Sommarcupen 2014 där samtliga etapper går i utkanterna av Linköpings kommun.

Banor

Två banor erbjuds vid varje deltävling. En lång bana på 10-12 km med tydlig långdistanskaraktär samt en kortare bana på ca 5 km. Uthängda skärmar samt tidtagning med SportIdent vid varje deltävling utlovas.

Anmälan

Anmälan sker via Eventor. Där publiceras även resultaten från varje deltävling samt totalställningen i Sommarcupen.

Anmälningsavgift: 40 kr

Deltävlingar

Etapp 1: **28 Maj** "Hisneklintkampen" (Kinda)

Etapp 2: **9 Juni** "Lindmosselunken" (Åtvidaberg)

Etapp 3: **18 Juni** "Ryttarbergsgaloppen" (Kinda)

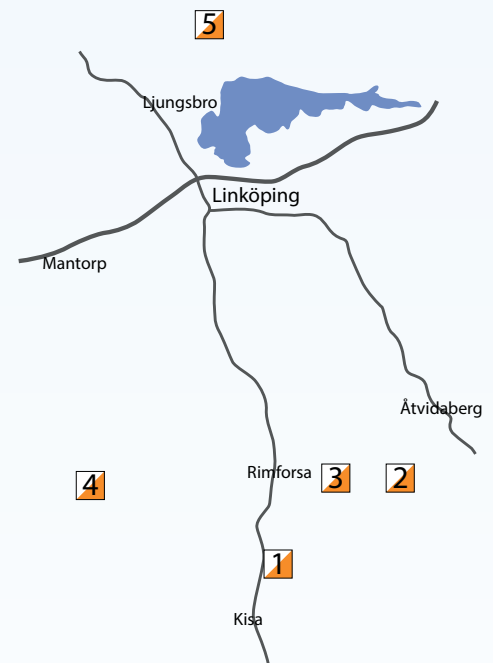
Etapp 4: **6 Aug** "Ulrikafejden" (Ulrika)

Etapp 5: (final) **13 Aug** "Rådslarännet" (Stjärnorp)

Uppllysningar

Per Carlborg 073-7324071

p.carlborg@gmail.com



Välkomna!



10Mila ungdomskavlen

Efter det långa vinteruppehållet från tävlingar skulle det bli kul att äntligen springa på en stor tävling och efter den långa bilturen till Eksjö, då vi kollade på PM och på kartan över TC, blev det ännu mer spännande. När vi kom fram var det ännu större än vad jag hade tänkt mig. Det var mycket folk, många färgglada tält och massor olika flaggor från alla möjliga olika delar av Sverige och andra länder. Jag kommer ihåg att det inte var så lång tid kvar tills starten gick, så vi åt ganska fort och sedan gick vi iväg och kikade på sista kontrollen, växlings- och målfällorna och kartplanken. Vi bestämde vart vi skulle lämna över kartorna. Sen var det nästan dags för förstasträckslöparna i våra två lag, som var Klara och Olof, att göra sig redo för start. Vi satte oss på en liten kulle bland mossor, kottar och grenar och hejade. Den sista minuten innan starten gick var det nästan knäpptyst. När speakern sedan sade att starten hade gått ven ett grusmoln upp i luften och vi såg alla löpare försvinna mot startpunkten. Sen gick vi tillbaka till LOK-flaggan och gjorde oss redo för att springa. Vi bytte skor och tog av oss en del överdragskläder. Jag sprang tredjesträckan, tillsammans med Emma, så jag väntade lite med att värma upp, men efter ett tag så var det även min tur att stå och vänta vid växlingsstaketet. Det var mycket folk men som tur var uppvärmningsytan stor så det fanns gott om plats. Jag hann inte stå så länge



Ungdomarna som försvarade LOK:s färger i ungdomskavlen Foto: Per Gustås
innan Emanuel kom och växlade ut mig. Han hade gjort ett bra lopp på sträckan innan. Det var skönt att inte behöva vänta så länge för jag kan bli ganska nervös.

Det var kul att nu äntligen få springa iväg. En slingrig och stenig gammal motorcykelväg ledde mig och Emma till startpunkten. Jag blev inte så förtjust i terrängen för den var lite snårig och risig. Det var mycket pinnar som låg på marken och på de små stigarna låg stora stenar som man var tvungen att se upp för. Man märkte att det var mycket gafflat när alla sprang åt helt olika håll. Det var även kort mellan vissa gafflar så det var viktigt att man kollade kodsiffran noga. På mitten av banan skulle man

upp för den stora åsen där videokontrollen låg. Åsen täcktes av ett svårloft kalhygge som gjorde det ännu jobbigare. Den sista delen av banan kommer jag ihåg som lite mer lättloft och lite roligare. Det var lite finare terräng och lite svårare orientering. Jag såg några som bommade sista kontrollen och gick alldeles för högt upp på höjden, så man märkte att vi var nära mål. Det som var jobbigast med banan tyckte jag var upploppet som var superduperlångt. Men det var en väldigt skön känsla att komma i mål. Jag skulle lämna över kartan åt Johanna som skulle avsluta i vårt lag. Hon gjorde det jättebra!

Tove Ekström

Rolig tjejträff med Alva

Hur laddar Alva inför en orienteringstävling? Skriver Alva träningsdagbok? Hur många orienteringsskor köper Alva per år?

Ja, de frågorna och många fler (ca 40 st) ställdes till Alva Olsson vid en tjejträff i början av mars. 15 st LOK-tjejer mellan 13 och 17 år samlades i Friskis & Svettis lokaler i Tannefors en onsdagskväll för att umgås. Vi tränade först en timme på ett medelgympapass med ca. 70 andra tjejer och killar. Alla vi marknadsförde oss genom att ha våra LOK-tävlingströjor och kämpade på mycket bra i alla övningarna. Trots att många av oss tränar på LOK:s tuffa måndags-rockgympa/stationsgympa så rann svetten rejält och vi fick prova på flera nya övningar. Efter stretching och avslappning blev det dusch.

Därefter hade Friskis & Svettis personalen dukat upp ett rejält fikabord med dricka, mackor, frukt, smoothie och godis i anslutning till ett konferensrum som vi lånat. Där satt vi förväntansfulla och fick lyssna till Alvas fina presentation både muntligt och med hjälp av

flera bilder via projektor. Det var precis som på en föreläsning av en kändis. Och Alva är ju en kändis; landsslagslöpare och EM medaljör. Efter drygt en halvtimme fick vi titta och diskutera de kartor som Alva tagit med sig bl.a. från VM i Finland 2013 och världscupen i Turkiet i år. Riktigt kul att få se andra kartor än vår Vidingsjökartan. Avslutningsvis var det dags för frågestund. Tjejerna hade fått skicka in frågor i förhand och de fick sedan alla fråga dem till Alva. Frågorna varierade och delades in i träning, tävling, turkiet och övrigt. Några frågor ser ni i rubriken, men det var även "Har du sportat med något annat än orientering?", "Springer du terränglopp?", "Har du någon gång slagit Tove Alexandersson och Helena Jansson?", "Hur mycket tränade du i vår ålder?"

Vi hade mycket givande timmar, både genom att träffas "utanför" LOK, men framförallt att få lyssna och ställa frågor till Alva. **TACK** Alva för att du hade tid att träna och berätta om dig



Nöjda tjejer uppradade. Foto: Maria Olofsson själv för oss tjejer. Nu vet vi en hel del om dig som andra LOK:are inte vet☺.

Maria Olofsson

Medlemsavgifter 2014

Det är snart slut på vårsäsongen och fortfarande är det många som ännu inte betalat in sin/sina medlemsavgifter. Några av Er, det gäller både enskilda medlemmar och familjer, har tävlat ganska flitigt, både i stafetter och individuellt. Skulle medlemsavgifterna inte betalats in före höstsäsongens start kommer berörda löpare att plockas bort från Eventor och alltså inte kunna anmäla sig.

Om det är så att Du/Ni är osäkra på om betalning gjord så hör gärna av Er till c.tillman@swipnet.se så får Ni besked. Detta gäller naturligtvis alla Ni som fortfarande resterar med avgiften men som inte är aktiva.

Avgifterna, 200:- kr för enskild medlem och 500:- kr familjeavgift ska betalas till bankgiro 5487 – 3864.

Slutligen ber jag ännu en gång Er som nyligen har bytt adress, eller inom en snar framtid tänker byta, att meddela Er nya adress så slipper vi få en massa post i retur.

TACK på förhand
Curt Tillman

Ungdomsledare i LOK

-Stafettpennan Inger Gustås

Det är tisdagskväll i maj vid LOK-gården. Vid femtiden börjar de första ungdomsledarna att droppa in. Vid halvsextiden kryllar det av barn och föräldrar och de tre yngsta grupperna drar igång sin träning. På en sten sitter Johan Otterström och runt honom en ring med de yngsta barnen i Skogsleksgruppen. På baksidan har Gröna gruppen upprop och vid lilla stugan den Vita gruppen. En kvart senare är det dags för ungdomarna i de tre äldre grupperna, Gul, Orange och Violett, att starta sin träning. Om alla barn och ungdomar är på plats, så är det 125 barn och ungdomar som tränar vid LOK-gården en vanlig tisdagskväll.



Själv började jag orientera i Linköpings OK, som 15-åring, med Ulf Waldenfjord som ledare. Jag var bra på att springa. Det blev till en början stora omvägar till kontrollerna, då jag inte läste kartan tillräckligt noga. I slutet av 80-talet och början av 90-talet hade LOK en stor junior- och seniorverksamhet, många studenter bytte till klubben. Det var några riktigt roliga år. Vi åkte på många läger och tävlingsresor till bl.a. Lettland, St. Petersburg och svenska fjällen. Som mest hade vi sex damlag på 10-mila.

Min nuvarande sejour i LOK började 2006. Stina hade börjat orientera ett år tidigare med Lennart Stureson som ledare för Nybörjargruppen och jag hade fått frågan om att ta över efter honom. För att få det att gå ihop startade vi en Skogsleksgrupp så att även Johanna skulle kunna vara med vid LOK-gården, eftersom hon fortfarande var för liten för Gröna/Nybörjargruppen.

Sedan jag började som ledare har antalet ledare blivit fler och fler för varje år. Extra kul är det med alla föräldrar, som inte har en orienteringsbakgrund men som engagerar sig som ledare. Många av de föräldrar som engagerat sig som

De allra yngsta samlas under ledning av Johan Otterström. Foto: Inger Gustås

ledare börjar även springa orientering själva, till en början Öppna banor men sen även tävlingsklass. I D45 kan vi nu vara så många som 10 tjejer/damer från LOK på en tävling. Det är bredd!

Det är roligt att vara ledare i alla de olika ungdomsgrupperna, varje grupp har sin charm. För min del stannade jag i Grön grupp i tre år. Sen har det blivit ett eller flera år i varje grupp fram till i år, då jag "slutligen" hamnat i Violett grupp. I Skogslek, Grön och Vit grupp är det viktigast att leka och att barnen tycker det är roligt på träningen. När man är ledare i Orange och Violett grupp blir man ifrånsprungen av de flesta ungdomarna. Som ledare i dessa grupper får man se till att åka iväg och träna på andra kartor. Man får även arrangera läger och tävlingsresor, så att ungdomarna kommer ut och tränar och tävlar utanför Östergötland. En del läger och resor får man även arrangera för ÖOF:s räkning, för alla ungdomar i Östergötland, till exempel för/eftersäsongsläger och USM-läger.

Men det är nog för barnen i Gul grupp som det är roligast att vara ledare. Det är då det blir orienterare av barnen. Det är då barnen börjar springa fler och fler

tävlingar och kavlar i H12 och D12 och det är då som de verkligen fastnar för sporten. Till en början är det inte så viktigt vilken klass eller vilken bana man springer på en tävling, utan det viktiga är att man kommer ut i okänd terräng. Målet med verksamheten är ju inte att barnen ska orientera på tisdagar i Vidingsjö, utan att de ska upptäcka tjusningen med att orientera i ny terräng och nya skogar.

Något som är väldigt roligt är när det kommer lite äldre ungdomar och börjar orientera. Ofta lär de sig grunderna väldigt fort och kan avancera till svårare träningsgrupper snabbt. Har de dessutom hållit på med någon annan idrott tidigare, så har de ju konditionen med sig från början. Som ny orienterare får man inte vara rädd för att bomma. Ofta lär man sig mycket på sina misstag. Alla gör misstag, men det gäller att minimera bommarna och att så snabbt som möjligt inse att man har gjort ett misstag och rätta till det.

För att behålla ungdomarna är det också viktigt med en bredd, för gemenskapen på träningar och läger och för att få ihop lag till kavlar. Att det på alla ungdomskavlar finns möjlighet att springa

flera löpare på samma sträcka tycker jag är otroligt bra. Något som borde finnas på kavlar även för vuxna (35+), idag är Novembersprinten i stort sett den enda. Vi har ju också många vuxna som börjar med orientering och som också behöver ha möjligheten att prova springa kavlar utan press.

Något vi borde satsa mer på är att få fler vuxna att börja orientera. Allra viktigast är att få igång föräldrarna till de barn och ungdomar som börjar. Hela tiden blir man medveten om att de barn som blir orienterare i stor utsträckning är de som har föräldrar som engagerar sig som ledare eller som har föräldrar som börjar springa orientering själva.

Vi har idag ca 30 ungdomsledare som hjälps åt med att arrangera träningarna och entusiasmera barnen. Vi är lyckligt lottade som har så många ledare och varje år fylls ledarstaben på med nya



Den gula gruppen har upprop. och gamla orienterare, oftast föräldrar till barnen som börjar.

Tack Per Magnusson för stafettpennan. Som kuriosa kan nämnas att jag också sprungit tävlingen Barebones i Kanadas storslagna skogar, dock 2010 fem år

Foto: Inger Gustås efter Per. Nu lämnar jag stafettpennan vidare till en av våra yngsta ledare, som är ledare både i Grön grupp och för SOL-skolan i sommar, Elin Rimhagen.

Inger Gustås

Ungdomsseriearrangemang

Den 24 april var det dags för LOK att arrangera sin deltävling i årets ungdomsserie som i år var den första. Tävlingen skulle hållas vid Smedstad bredvid Stångåbuss garage. Jag blev utsedd till tävlingsledare och runt en månad innan började jag jobba med att fixa fram huvudfunktionärer, kolla över tävlingsplats och allt annat som en tävlingsledare ska göra. När tävlingsdagen närmade sig kändes det som om vi hade koll på det mesta. Det enda var att vi hade lyckats få dubbla kartor över varandra i OCAD. Men det upptäckte vi och lyckades fixa kvällen innan.

När det så var tävlingsdag började problemen komma. Först visade det sig finnas fär i hagar där det inte skulle finnas. Dessutom visade det sig när man hängde ut kontrollerna att tre hus hade rivits under veckan. Ett av de husen var dessutom kontrollpunkt för de flesta banorna. Men det lyckades vi lösa med information vid start och TC och med en person som fick stå vid kontrollen och agera hus. När löparna sedan börja-



Viktor Magnusson och Frida Sahlman ger sig iväg. Foto: Thomas Rimhagen de komma i mål fick vi problem med en del SI-pinnar som inte gick att läsa ut men även det lyckades vi lösa tack vare Sven och Christer.

Men hur gick det då sportsligt? LOK lyckades knipa fyra av sex segrar i huvudklasserna genom Tove Ekström i

D14, Olof och Sigrid Ljunggren i H14 respektive D10 och Johan Årbrink i H10. Jag vill också passa på att tacka alla dem som hjälpte till och såg till att tävlingen funkade som så bra som den gjorde.

Johan Stenström

Att vara tävlingsledare

Att vara tävlingsledare för en vanlig nationell tävling var något nytt för mig. Men helt klart något som kan rekommenderas, i alla fall i LOK då vi har så mycket bra personer som kan tänka sig vara huvudfunktionärer, och sen personer som hjälper till under tävlingsdagen. Då blir det nämligen inte så mycket arbete för mig som tävlingsledare.

Alla olika poster

Som tävlingsledare är första uppgiften att hitta lämpliga kandidater till de olika posterna, banläggare var klart sedan tidigare. De andra posterna tilldelades efter hand, och den sista blev utdelad under sista veckan, då den glömts bort. Det är nämligen ganska många olika poster på en tävling, alltså inte bara sekretariatet, toa, dusch, marka, start osv. Lätt att glömma kan vara resultatavläsning, prisansvarig, mm. Men som tur var blev allt bemannat och utfört på ett bra sätt. Dock var det ända till sista veckan lite oklart, vem som skulle göra vad, så här går det att förbättra en del.

Nytt blod på vissa poster

En sak som är farlig med tävlingar är att det blir samma folk som får göra samma sak från år till år, men i år försökte jag fråga några nya, för att sprida på kunskapen lite. Flera nappade vilket var roligt, och med rävarna från förr som bollplank så skötte de nya sig alldeles galant, roligt! Med det så hoppas jag ännu fler vågar ta på sig någon ansvarsroll till nästa år.

Farhågor inför tävlingen

Även om TC var på en riktigt fin plats och terrängen var kanon så var jag lite nervös när det gällde valet av arena. Det fanns nämligen ingen vettig stans att parkera. För oss funktionärer blev parkeringen bakom en lada och Anna var grym på att pressa in bilar där. Deltagarna fick stå efter vägarna, och de som var tidiga fick stå lite för långt bort kanske. Men annars så var det bara en sur min som undrade hur i helvete vi tänkt att han skulle ta sig där ifrån. Lyckligtvis lyckades alla mötas och trixa

sig hem, förhoppningsvis nöjda och belåtna efter en bra och rolig tävling.

Nya farhågor

En glad (läs tråkig) överraskning fick jag när parkeringsansvarig var ute och kollade läget dagarna innan tävlingen. Han hade nämligen hört skogsmaskiner precis i tävlingsområdet. Banläggarna stack ut och bekräftade, stora delar av tävlingsområdet har gallrats och på så sätt förstörts. För sent att göra något annat än att lägga ut ett tilläggs-PM och informera om det. Som tur var accepterade deltagarna detta ganska bra, även om de tyckte det var tråkigt med gallringen.

Så efter ett lyckat arrangemang vill jag tacka alla som hjälpte till före, under och efter tävlingen!

Tävlingsledare, Vårspringet 2014
Mikael Andersson

LINKÖPINS ORIENTERINGSKLUBB FYLLER 80 ÅR, DET SKA FIRAS!

Linköpings Orienteringsklubb, LOK, är en av Sveriges äldsta och största specialklubbar för orientering.

Beslutet att bilda Linköpings Orienteringsklubb togs 31 januari 1934.

Eftersom LOK i år fyller 80 år, är det på plats med ett klubbkalas.

Alla nuvarande och tidigare LOK:are, stora som små, är välkomna på kalaset som kommer att vara på LOK-gården söndagen den 10 augusti, med början kl. 14.00.

Utöver kaffekalas, som sig bör då en högtidsdag firas, kommer det att bjudas på nostalgiorientering på karta av äldre slag än den vi nyttjar i Vidingsjö idag.

Det blir tipspromenad med LOK-frågor och så blir det utdelning av utmärkelser till förtjänta LOK-medlemmar.

Kanske har du som läser detta förslag på aktiviteter som kan passa på kalaset? Vill du spela, sjunga, trollo, jonglera eller uppträda på annat sätt?

Har du något roligt minne eller historia från de 80 åren som du vill berätta?

Hör av dig med idéer till kalaset, LOK är till för oss alla och alla är välkomna att vara med och bidra så att festen blir roligt.

Anmälan om kalasdeltagande kommer att finnas på hemsidan så att mängden kalastårta kan beräknas.

På hemsidan kan du också anmäla vilken banlängd du vill springa/gå, så att vi har kartor till alla.

VÄLKOMNA TILL 80-ÅRSKALASET 10 AUGUSTI!

/Ulla Kjell, på uppdrag av styrelsen

Från Domkyrka till Slott

– småskalig kavle med mycket hjärta

Nu stod jag ute i ett blött laggkärr med skattram upp till midjan och kunde inte begripa varför jag inte säkrade upp med högvägvalet. Skulle jag vända om? Jag började fundera på om det var närmast till Örebro eller Linköping härifrån. Kanske borde jag ha anmält mig till det där löpoppet istället. 700kr i anmälningsavgift är ju ändå en rätt rätt rimlig summa för att få springa 5km och slippa bli våt om fötterna. Dessutom skulle det varit en lättare aktivitet att förklara för kollegorna på måndag. Jag tog några rejäla älgkliv, och väl ute i myren var den mindre bevuxen och underlaget var behagligt torrt. Solen sipprade ner genom den glesa skogen. Fåglarnas kvitter verkade leda mig i rätt riktning. Det var nog ett genidrag att gå rakt på ändå.

Från Domkyrka till Slott var en ide som föddes av Johan Persson och undertecknad under en av otaliga orienteringsluncher på universitetet. Att springa från Örebro till Linköping genom den djupa Tylöskogen tyckte vi skulle vara en spännande utmaning och samtidigt ett kul inlägg i diskussionen om hur orienteringssporten ska utformas och utövas. Resultatet blev en budkavle med 10 sträckor (mellan 6 och 11km långa), med start i Hallsberg och målgång i Stjärnorp.

Starten gick klockan 08.00 vid OK Tisarens klubbstuga i Hallsberg. Kavlens sex första sträckor gick genom Tylöskog och det handlade mycket om myrlöping, lättlöpta talldominerade skogar men även inslag av modernt skogsbruk med vresiga granplanteringar och risiga hyggen. Genom Tjällmo blev det en löpbetonad sträcka genom agrara omgivningar för att sedan avsluta med tre spännande och tuffa sträckor ner mot Ruggestorp, Rådsla och med målgång



Starten går av världspremiären av "Från Domkyrka till Slott."

Foto: Per Carlborg

vid Stjärnvallen. De tävlande fick känna på orientering i okänd mark med stora fysiska och tekniska utmaningar. Som orientering ska vara! Hela banan var cirka 8 mil och till största delen gick den över områden som aldrig tidigare utnyttjats för orientering. Detta kunde göras med hjälp laserdata (se tidigare nummer av På Spåret) som tillhandahöll en flera kvadratmil stor karta.

Startfältet utgjordes av sex tappra lag med stor dominans av linköpingsbor. Dock förekom vissa sörmländska inslag vilket var kul. Lagen hölls samman med hjälp av två omstarter och målgång skedde strax innan solnedgången vid femtiden. Snabbast var lag OL-4, som hade en sammanlagd tid strax under 9 timmar. De sista lagen klarade precis av att komma i mål innan mörkrets inbrott. LOK slutade på en hedersam andraplats efter många fina insatser och fick ta emot publikens applåder vid prisceremonin på Stjärnvallen.

Servicen sköttes av ett litet men effektivt arrangörsteam (två personer) som skötte tidtagning, såg till att kartor kom

fram till växlingskontrollerna och att inga lag glömdes kvar i skogen. I Hagstugan och i Stjärnorp fanns duschmöjligheter tack vare stöd från TGOK och SSK. Grillen i Tjällmo fick fungera som mark. En startavgift på 20kr/person tyckte vi var en lagom summa för att täcka de omkostnader vi hade.

En viktig del med denna budkavle var att visa att orienteringssporten inte behöver vara rädd att testa lite nya idéer. Det råder en allmän uppfattning inom de högre orienteringsskikten om att söka medialt intresse som den enda vägen framåt för orienteringstävlingar. Detta ska främst uppnås med publikvänligare och bekvämare arrangemang. Vi ville med denna budkavle visa att man istället kan söka andra vägar för att utveckla sporten. Med tanke på löparnas mycket glädjande omdömen om arrangemanget tror vi att det här kan bli ett årligt återkommande inslag. Vi skissar redan på nästa års tävling mellan Kisa och Vidingsjö.

Per Carlborg

Nybyggge vid LOK-gården

På den tiden när kyrkan ägde S:t Lars - gården, som 1978 blev LOK - gården, fanns bilparkeringen norr om gården. När den nya Haninge - leden skulle byggas runt 1975 måste en ny parkering bli till. Kommunen svarade då för en ny infart, som finns kvar fortfarande, fram till den i sammanhanget, västerut flyttade tomtgränsen, år 1973. Där inrättades den nya parkeringen. Det är den ytan som idag är asfaltbelagd, med plats för 36 bilar.

Asfalteringen i LOK:s regi 1990 mötte ett visst motstånd och markunderlaget var inte det allra bästa. Dessutom blev inte tomtgränserna helt lokaliserade vilket medförde ett mindre intrång på kommunal mark. 2000 gjordes utökningen av p-platsen för totalt 64 bilar.

Grävarbetet efter skogsavverkningen på marken vid LOK - gården utfördes av den tillmötesgående grannen med grävs kopan, Göte Pettersson, som fick dieselbränsle till maskinen i ersättning. Han belönades senare med SKK:s diplom, 2002.

När han 2008 blev sjuk och avled skrevs hans fastighet, vår granne, på dottern



Annas stuga, sedd från LOK-parkeringen.

Foto: Per Magnusson

Ing-Marie (Anna) som också senare flyttade hem och bor där med mamma Inga-Britt.

Götes gamla garage ville Anna då bygga om till kontor för sitt företag, men så det gick inte, då man kom på att det var "svartbygge". Under hot om vite måste garaget rivas.

Annas behov av kontor fanns kvar och en nybyggnad måste ske. Det vi idag

kan se vid bilparkeringen är just hennes nya kontor, ritat efter anvisningar och önskemål från henne av undertecknad. Hon har inget emot denna kortfattade presentation om vad huset innehåller.

Där finns: Kontor - lunchrum - omklädnadsrum - dusch - toalett - kök (pentry) samt en rast- eller viloplats på loftet en trappa upp.

Karl Andersson

Lugnt! Tråkigt?

Det var ett osedvanligt lugnt och stilla årsmöte en tisdagskväll i slutet av februari. Alla frågor om verksamhetsberättelse, ansvarsfrihet, verksamhetsplan osv avverkades snabbt med rutinerade Rune Fritz som mötesordförande. Men något nytt var det ju, vi fick en ny ordförande genom Magnus Herberthson.

Till det lugna hörde att klubbens ekonomi är god med ett betryggande eget kapital på drygt två miljoner kronor, trots ett underskott på drygt 87 000 kr i årets resultat. Underskottet beror främst dels på förändrade redovisningsregler som gör att vi inte får ta upp uttag ur våra fonder som intäkt och dels på den inställda 43-kavlen. Vi hade i budgeten för 2013 tagit upp att vi skulle utnyttja cirka 55 000 kr ur O-ring-10-milafonden och budgeterat en intäkt från 43-kavlen på 50 000. Tar vi hänsyn till detta så är årets utfall något bättre än budget.

Förutom det enhälliga valet av Magnus Herberthson till ordförande valdes Pia Vångell (f Gustafsson) till suppleant i styrelsen. Valberedningen fick ny sammankallande i Gitte Engström och Amy Rankka som ny ledamot (tillsammans med Anders Berg som ledamot och Julia Modig Tjärnström som suppleant). Avgående sammankallande Peter Jakobsson avtackades efter sju år med blommor.

Till det roliga hörde att ännu en LOK:are har genomfört 1 000 tävling-



Thomas avtackas, efter sex år på ordförandeposten, av nye ordföranden Magnus "Hebbe" Herberthson.

Foto: Per Magnusson

ar i den gröna dresen, nämligen Roger Danielsson, som därmed fick plakett nr 8. Dessa många tävlingar bidrog till att han fick ytterligare ett pris, Staven, för flest tävlingspoäng under 2013. Dessutom utdelades Lennart Hanssons vandringspris för bäst på mästerskaps-tävlingar till Erik Sköld och Håkan Svenssons vandringspris till Alva Olsson för hennes femteplats på Lång-SM.

Tråkigt?

Vad var det som var tråkigt då? Jo, jag tycker personligen att det gärna får vara lite diskussion, debatt och kritiska frågor på ett årsmöte – det är tecken på

att vi har en levande demokrati i klubben, att klubben angår alla. Nu fanns det inga förslag från styrelsen och inga motioner från medlemmar. Och under punkten Information fanns varken ytterligare information från styrelsen eller några frågor från medlemmarna. Ett alldeles för lugnt årsmöte i min smak.

Lennart Sturesson

Kan vi leva vidare?

Följande text publicerades i Myrsloken 1953

”Man rättar mun efter matsäcken” är ju ett ordspråk av gammalt märke. Alla LOK:are förstår säkert vad det skulle innebära om ”matsäcken” (klubbkassan) skulle minskas i alltför hög grad. Vi tycker nog att resorna om söndagarna kan vara ganska dyra ibland. Därför är det en gemensam angelägenhet, att vi inom klubben även i fortsättningen kan ta pengar från klubbens kassa till exempelvis anmälningsavgifter (i regel 2,50-3 kr för varje deltagare), resebidrag vid längre resor, annonser, priser o dylikt. För denna service, som medlemmarna kommer i åtnjutandet av, betalas till kassören någon gång under året (i vissa fall nästkommande år) en medlemsavgift. Har LOK:aren under året deltagit i ett flertal tävlingar, åtnjuter han alltså en hel del förmåner för sin femma i årsavgift. Man betalar hyra och mycket annat i förskott; varför skulle då inte LOK:arna kunna gå in för att erlagga

årsavgiften i förskott; alltså innan dessa förmåner kan komma att åtnjutas.

Beträffande de inkomster som gör att LOK:s kassa hålls fylld i så måtto, att vi slipper hysa farhågor, är det framför allt lotteri och LOK-stafetten, som under 1953 klarat ekonomin. Att stafetten skulle nära tusenlappen i netto, kunde väl knappast den största optimist kunna tro. Detta berodde ju närmast på att deltagareantalet blev så stort. Vi bör alltså i fortsättningen alla hjälpa till att propagera för vår stafett; särskilt då om vi träffar orienterare från andra distrikt. Kom ihåg att det kostar ungefär lika mycket att arrangera en tävling för 300 som för dubbla antalet deltagare. En ståtlig prissamling gör också tävlingen populär och ”skaffar” flera deltagare.

Så har vi det riktiga plågoriset för många; lotteriet. Detta är trots allt

LOK:s säkraste inkomstkälla. Årets lotteri gav ett netto på 500 kronor och det är vackert så. Under jubileumsåret 1954 kommer vi att ordna ett mopedlotteri på 2500 lotter. Utförsäljningstiden av lotterna har ökat några månader i och med lotteriets storlek. Dragning skall ske 1 juni 1954. Du har också tillfälle att under ev. resa vid jul låta släkt och vänner vara med i LOK:s stora lotteri. Om vi skulle kunna dela ut blocken till medlemmarna oberoende av önskemål, skulle det ett block om 50 st till varje. (Det kan ju vara bra att veta), Om vi säljer alla lotter, skulle ungefär 1200 kronor tillföras klubbkassan och på det kan vi i stort sett leva vidare även nästa år.

Kassöns maning: SÄLJ LOTTER!!
BETALA ÅRSAVGIFTEN!! i tidigt skede och utan anmaning.

Redaktörsruta 1953

LOK:s framgångar får inte locka oss medlemmar till självförhävdelse. Visserligen behöver vi inte gå omkring och be om ursäkt för att vi finns till – men ändå kan en viss blygsamhet vara av nöden. Vi har tidigare inom distriktet sett exempel på att klubbframgångarna medfört en ”stöddighet” bland en del medlemmar som retat både oss och många andra.

Om det även i fortsättningen går bra för oss gamla (20 år) LOK, får inte framgångarna stiga oss åt huvudet. Vi har

Sammanställning: Arne Danielsson

under de senaste åren vid många tillfällen visat oss som goda förlorare, och bör även kunna klara av ev framgångar utan skrytsamma åthävor. Tänk på, att en framgångsrik individ eller förening har alltid många skarpa och ibland avundsamma blickar riktade på sig!

LIH
Lars I Hansson

Vive Sundberg

Den 15 april avled Vive Sundberg, han blev 87 år. Vive var mycket hängiven sin sport och är den LOK:are som sprungit flest tävlingar, 1648 st. Många och långa var de orienteringsresor han gjorde i Sverige och ute i Europa. Att vandra i fjällen var ett annat intresse. Tio Vasalopp blev det dessutom, och före start vid ett av dessa lopp blev han intervjuad i TV av Sven Plex Pettersson. Då var det inte de nio milen till Mora han ville tala om, utan vilken fin orienteringsklubb han var medlem i.

Vive var inte de stora orden och åthävnas man, men skötte sina åtaganden i och utanför LOK på ett redigt och hedervärt sätt.

Sin hemby Borensberg blev han trogen hela livet.

En äkta orienteringsentusiast har stämplat ut.

Benkt Andersson

I en ålder av nästan 88 år lämnade Vive Sundberg det jordiska den 15 april i år, 2014. Vive var "Ur-Lokare" och boende i Borensberg och som jag förmodar i dag föga känd av många yngre samt nyare medlemmar i LOK. Annat var det förr i tiden, under Vives mest aktiva tid, och då inte bara "hemomkring" utan som LOK-ambassadör över hela Sverige samt på en och annan missionsresa med P-O Bengtsson ut i världen.

Som senior var Vive "bara med" men med stigande ålder och flitigt tävlande kom de många segrarna. Vive var/blev med tiden utan tvekan en tävlingsnarkoman och i en tävling, som Skogssport utlyste på 70-talet, om vilken svensk orienterare som sprungit flest tävlingar detta år, var Vive outstanding. Vive har också, det ouppnåeliga (?) klubbrekordet med 1648 tävlingsstarter i LOK-tröjan! Sin sista tävling sprang Vive år 2004 i klassen H75.

Hans tävlingsresor i den lilla röda bilen blev förståeligt nog både många och långa och det var en hel del som hängde på och drog nytta av Vives kontakter. Benkt Andersson, Hans Kleist och Bernard Schuh var de mest frekventa och kunde berätta om många trevliga episoder de upplevde tillsammans.

Vive kan beskrivas som en mycket snäll, hjälpsam och tystlåten "mysgubbe", som gick hem hos alla, inte minst hos ungdomar och dåtidens elitlöpare, som imponerades av hans flitiga tävlande.



Vive Sundberg, tv, tar emot en utmärkelse av Bertil Ottosson vid ett LOK-möte 1969. Foto: Per-Johan Persson

Då det drog ihop sig till arrangemang var Vive alltid med och gjorde sitt! 43-kavlen tog han till sitt hjärta och fanns alltid, dag som natt, på plats i växlingsfällan där han fick tillfälle att prata med gamla bekanta.

Sista gången jag träffade Vive var i maj 2012 när Brita och jag satt och åt en glass på en bänk i Borensbergs centrum. En "gubbe", som kom cyklande dit visade sig vara Vive. Han berättade att bänkarna vi satt på, var platsen där byns gubbar samlades för att prata om livets allvar för att sedan gemensamt gå till konditoriet där hans favorit – gräddbakelsen – alltid stod på hans meny. Vive var till synes pigg och vi hade ett långt "komihågsnack" – ett i dag bra minne av en hederskille!

Per-Johan Persson

MEDLEMSLOTTERI

Dragning februari

1:a pris nummer 83	Vakant
2:a prisnummer 14	Karl-Einar Almén
3:e prisnummer 07	Anders Kjell

Dragning mars

1:a pris nummer 80	Caroline Tillman
2:a prisnummer 98	Stina Gustås
3:e prisnummer 19	Lennart Stureson

Dragning april

1:a pris nummer 57	Vakant
2:a prisnummer 24	Vakant
3:e prisnummer 96	Johanna Gustås

Lediga lottnummer

Det finns fortfarande lediga lottnummer för dig som vill vara med i medlemslotteriet. Man tecknar sig för ett år fr.o.m. den månad man betalat och lottpriset är 120kr/år. Kontakta Pedro på 0734 371595 eller pedro.lundquist@telia.com, om du vill vara med.

LOK:S UNGDOMSFOND



Vill du stötta LOK:s ungdomsverksamhet och ge fler barn chansen att upptäcka tjusningen med orientering, då är du varmt välkommen med ett bidrag till klubbens ungdomsfond.

Fondens avkastning används för extra uppmuntran i ungdomsverksamheten. Syftet är att fler barn och ungdomar ska känna glädje och upptäcka tjusningen med orienteringssporten.

Bidrag emotas tacksamt till klubbens bankgiro 5487 - 4169, märk "Ungdomsfonden".

LOK-GÅRDEN

Vi äger och driver en egen klubblokal, LOK-gården, i Vidingsjö. LOK-gården är öppen tisdagar och torsdagar mellan 17.15 och 20.30. Under vintersäsongen (nov-mars) även på söndagar mellan 09.30 och 13.00. I klubbstugan kan du förutom att duscha och basta även ta en fika.

ATT HYRA LOK-GÅRDEN

Medlemmar, sponsorer m.fl. kan hyra LOK-gården för olika typer av evenemang och fester.

Om du vill veta mer om LOK-gården och möjligheter att hyra den, kontakta Ulla Kjell via mailadressen ulla@lok.se .

MEDLEMS- OCH TRÄNINGSAVGIFTER

Familj, (två vuxna samt barn som är 20 år eller yngre):

500kr per år

Medlemsavgift, enskild:

200kr per år

Träningsavgift/kalendår för ungdomar från 8 år till och med 16 år:

200kr (100kr gäller syskon utöver den första i en familj)

BANKGIROKONTON

Huvudkonto

5487-4169

Medlems-, tränings-, tävlingsavgift, lotteri

5487-3864

Klädförsäljning

5487-4060

Anmälningsavg.

5487-3930

Elitensegenavg.

5758-7966

Stort tack till våra samarbetspartners!



Linköping
Där idéer blir verklighet

Malmberg

UR • OPTIK • LINSER



LÖPEX
SPORT



SISU

Idrottsutbildarna

noname



Cecila Kleist i främsta startledet på 10Mila.

Foto: Per Gustås



Damlaget som vann Måsenstafetten

Foto: Per Magnusson



Joel Francén mot mål på Måsenstafetten.

Foto: Per Magnusson