

för oss som inte hänger... med huvudet

# kontroll

Nr 4 2004





God Jul  
&  
Gott Nytt År



## Klubbinformation

### Styrelse

Leif Nilsson	Ordf
Torsten Claesson	Vordf
Barbro Liljequist	Sekr
Ulf Jansson	Kassör
Ann-Britt Persson	Ledamot
Curth Lindsten	Ledamot
Rebecca Martinsson	Suppleant
Lars Henriksson	Suppleant

### Kommittéer

#### Tävlingsteknisk kommitté:

Staffan Käll, Lars Strand, Torsten Claesson, Bengt Karlsson, Göran Liljequist.

#### Orienteringskommitté:

Kenneth Lövdahl, Jens Lindell, Lars Henriksson, Jörgen Assarsson, Peter Gustavsson, Jessica Nilsson, Maria Gustavsson, Lars Persson, Erik Liljequist.

#### Skidkommitté:

Jens Lindell, Kenneth Lindell, Jan Lagerblad, Lennart Blomqvist, Curth Lindsten, Ove Johansson.

#### Ekonomikommitté:

Håkan Persson, Ulf Jansson, Sven Ruther, Leif Nilsson.

#### Trivselkommitté:

Bodil Ruther, Gun-Britt Pettersson, Mona Neckén.

#### Stug-Motionskommitté:

Leif Nilsson, Ingvar Svensson, Torsten Claesson, Sören Blom, Bengt Pettersson, Sven-Erik Svensson, Roland Persson, Sven Ruther.

### Övriga funktionärer

#### Tävlingsanmälare orientering:

Jessica Nilsson

#### Tävlingsanmälare skidor:

Kenneth Lindell

#### Tävlingsstatistik:

Karin Folkesson

#### Klädförvaltare:

Christel Nilsson

### PR - Klubbtidningen

#### Redaktion:

Rebecca Martinsson, redaktör

Lina Neckén

Maria Gustavsson

Annika Liljequist

#### Webbmaster:

Bengt Karlsson

### Utgivningsplan 2004

Nr 1 mars

Nr 2 juni

Nr 3 september

Nr 4 december

**Adress:** OK Älme, Mistelvägen 17, 343 35 Älmhult

**Besöksadress:** Fågelvägen

**Tel/fax klubbstugan:** 0476 - 109 03

**E-post:** [info@okalme.com](mailto:info@okalme.com)

**Hemsida:** [www.okalme.com](http://www.okalme.com)



Vi sponsrar



OK Älmes ungdomar

**SAUER  
DANFOSS**

Utveckling och produktion av  
industri- och fordonselektronik

Sauer-Danfoss (Älmhult) AB, [www.sauer-danfoss-almhult.se](http://www.sauer-danfoss-almhult.se)



Norra Esplanaden 3  
343 30 Älmhult  
Telefon 102 58, 102 46

**ELME FÄRGLAND AB**

Danskavägen 9  
Tel 0476-101 24

343 31 ÄLMHULT  
Fax 0476-146 01

Färg • Tapet • Golv • Kakel  
Badrumsinredningar • Golvbeläggningar • Måleri



Skånevägen, 343 34 Älmhult  
Tel: 0476-124 70 • Fax: 0476-198 00

*Bostadsfrågan löser vi!*



**ÄLMHULTS-  
BOSTÄDER AB**  
0476-55420

[www.almhult.com/almhultsbostader](http://www.almhult.com/almhultsbostader)

**ICA PUNKTEN ICA**  
nära  
0476 - 715 75 Älmhult

Intresserad av att  
annonsera här?

Kontakta Ulf Jansson  
0476-162 77 eller  
[info@okalme.com](mailto:info@okalme.com)

# Styrelsens beslut och tankar

Avtalet angående motionsspåret är nu påskrivet och kommer att börja gälla från den 1 januari 2005. Vi kommer att få ersättning av kommunen för det arbete och kostnader vi haft för spåret under innevarande år. Så nu börjar vi med att jobba för att det ska bli ett motionsspår som alla kommer att trivas med både vinter som sommar.

Förrådsbyggnaden invigdes den 10 oktober. Då Bengt Pettersson och John Ney klippte av de blågula banden. Vi väntar dock fortfarande på att Widings El ska koppla in strömmen, som inte har blivit gjort trots flera påstötanden.

OK Älme har blivit beviljade pengar i HANDSLAGET, för att ta fram orienteringskartor på de skolor som saknar sådana. Lars Magnusson är det som kommer att jobba med detta under vårvintern.

För Smålandskaveln 2006 Hallaryd, har Håkan Persson utsetts som Tävlingsledare. Han kommer att under vintern jobba med att ta fram ansvariga för respektive område. Alla OK Älmare kommer att få ett uppdrag.

*Styrelsen  
gm. Leif*

---

## Nya medlemmar

Susanne Hultén  
Anitha Flink  
Susanne Pettersson

Välkomna till klubben!



# ÅRSMÖTE



## Kallelse till Årsmöte i klubbstugan

Fredagen den 4 februari 2005

K1 19.00

Ärenden:

Sedvanliga årsmötesförhandlingar

Prisutdelningar

PS: Av tradition är OK Älmes årsmöte mycket välbesökt, vilket vi i styrelsen tycker är trevligt. Det är där ni lägger grunden för den verksamhet som skall bedrivas. Om valberedningen kommer och knackar på i Jul, så får ni inte missa den chansen, ni behövs!

*Motioner skall vara styrelsen tillhanda senast den 18 januari 2005.*

Välkomna  
Styrelsen

# Höstlövet

Vår hösttävling!

Den 6 Nov var dagen för våran hösttävling, som var förlagd till Diö skola. En kortdistanstävling i den vackra bokskogen och dess närområde. Det har nu blivit en tradition och ett krav från de tävlande att vi skall genomföra en hösttävling. 303 st tävlande kom och genomförde sitt lopp denna vackra höstdag, utan att tänka på att vi var ett reducerat antal personer. Då våra ungdomar

var på cup-tävling för att befästa vår plats som en av Smålands bästa klubbar. Vilket de gjorde med stor framgång. Ett stort **tack** till alla funktionärer, som alla tog på sig ett stort ansvar för att genomföra tävlingen

*Leif*

---

## Boktips till alla bokslukare

Titel: 3 bommar och 1 spik

Författare: Ylva Wallin

Resumé: Elsa känner hur kroppen arbetar, hur den får ta ut sig. Hon pressar sig själv lite mer. Ökar stegen och spurtar i varje uppförsbacke. Benen kämpar de sista metrarna uppför backen och så lättnaden i stegen när hon når upp till plan mark. Sakta klarnar tankarna. Här är det bara hon, tempot i benen ger hjärnan ro att fungera, det går av sig självt.

Det finns inget roligare än orientering! Det tycker Elsa, Martina, Tove och Mika – fyrrklövern som orienterar i Kummelnäs OK. I klubben finns också Axel, han har de vack-

raste ögon Elsa någonsin sett. Hon drömmer om honom, men hon drömmer också om att satsa ordentligt på orienteringen, att kanske en dag ta SM- eller VM-guld... Men ska hon lyckas övervinna sin nervositet?

Klubben har köpt in boken och den finns för utlåning i klubbstugan. Om ni inte hittar den så kontakta mig.

*Jessica*





**ORIENTERINGS  
KOMMITTÉN**

# VINTER - ORIENTERING

Vi börjar som vanligt det nya året med tränings-OL om söndagarna.  
Start söndagen den 2 januari 2005.

Tid: Start mellan 10.00 och 11.00

Var: Samling vid Fågelholken (Klubbstugan).

Ansvariga arrangörer är enligt följande:

2005-01-02	Erik Liljequist
2005-01-09	Fam. Lövdahl
2005-01-16	----- (Skidläger)
2005-01-23	Torsten Claesson
2005-01-30	Staffan Käll
2005-02-06	Sven Ruther
2005-02-13	Lars Strand
2005-02-20	Lars Henriksson

Banorna arrangeras runt Klubbstugan och respektive ansvarig avgör vilken typ av banor som läggs (skogs-OL, stads-OL, slingor, linje, kartminne mm.). Detta bör också anpassas efter väderleken.

Klass 1.	Lätt	2-3 km
Klass 2.	Medelsvår	2-3 km
Klass 3.	Medelsvår	4-5 km
Klass 4.	Svår	6-8km (ev. distans OL 10-12 km)

## **OBS!**

Vid bra snöförhållande med fina skidspår ställs OL-träningen in och vi utnyttjar möjligheten till skidträning.

OL-Kommittén





*Jympan startar igen måndagen 10 januari.  
Vi jympar på måndagar mellan 18:00 - 19:00 i  
Klöxhultsskolan fram till det våras, 14 mars.*

*Många Älmare jympar flitigt sedan många år  
men vi vill gärna bli ännu fler.  
Kom och Testa!*



Du behöver inte smygträna inför jympa starten!

Välkomna Linda Assarsson

# Vetlanda Team Sportia Cup 2004

Klasserna H16, D16, H14, D14, H12 och D12 ingår alla i Vetlanda Team Sportia Cup vilken består av totalt sju dagtävlingar och två nattävlingar. Från OK Älme har följande ungdomar samlat på sig poäng i cupen under året: Erik Liljequist (H16), Erik Folkesson Blom (H16), Annika Liljequist (D14), Sofia Bergman (D12), Johannes Bergman (H12), Carl-Johan Bergman (H12) och Oscar Björck (H12).

Cupavslutningen, som bestod av en natt- och en dagtävling, avgjordes samma helg som OK Älmes egen hösttävling och alla ovan nämnda klubbungdomar deltog. Det var en fantastiskt trevlig helg och våra ungdomar kammade hem många poäng vilket ledde till avancemang i totallistorna.

Erik Folkesson Blom befann sig inför den avslutande tävlingen på en fjärde plats i H16 och för att avancera till en andra plats så krävdes en seger. Detta hade Erik helt klart för sig redan innan start men trots det var han lika lugn som vanligt när han joggade till starten. Hur gick det då? Jo, Erik kom i mål som ny ledare i H16 och från den platsen var det ingen som petade ner honom. Tänk han gjorde precis det som krävdes i just rätt ögonblick och därmed fick OK Älme stoltsera med två medaljörer på prispallen när cuppriserna i H16 delades ut. Medalj i den totala cupen fick också Johannes Bergman i klassen H12 och tänk han liksom Erik har båda ytterligare ett år kvar i samma klass! Mycket, mycket nära en medalj var Sofia Bergman som slutade som 11:a i D12.

Till sist vill jag bara nämna att de yngsta deltagarna faktiskt var modiga nog att ställa upp i båda nattävlingarna och dessutom

placera sig mycket bra. Här har klubben en ny generation som snart kan ge sig ut på nattsträckorna i Tjoget och 10-mila.

Nedan återfinns resultaten från i år samt nästa års cuptävlingar.

## D14

- 1.) Therese Klintberg, Eksjö SOK
- 22.) Annika Liljequist, OK Älme

## D12

- 1.) Amanda Leo, OK Stigen
- 11.) Sofia Bergman, OK Älme

## H16

- 1.) Erik Liljequist, OK Älme
- 2.) Erik Folkesson Blom, OK Älme

## H12

- 1.) Erik Siebers, IKHP
- Pontus Petersson, Lessebo OK
- 6.) Johannes Bergman, OK Älme
- 17.) Oscar Björck, OK Älme
- 26.) Carl-Johan Bergman, OK Älme

## Klubbtävlingen (Totalt deltog 50 klubbar)

- 1.) Eksjö SOK (103 p)
- 2.) IKHP (107 p)
- 3.) Gamleby OK (72 p)
- 21.) OK Älme (30 p)

## Vetlanda Team Sportia Cup 2005

17 april	Växjö OK
1 maj	FK Finn
29 maj	OK Njudung
14 augusti	Bottnaryds IF
26 augusti	Kexholms SK
28 augusti	Vimmerby/Hässleby
3 september	Eksjö SOK
23 september	Växjö AIS
24 september	Värend GN

*Bra jobbat allihop och lycka till nästa år!  
Jessica Nilsson, Orienteringskommittén*



**Vi sponsrar**



**OK Älmes ungdomar**



Vill ditt företag spara pengar?  
Vi hjälper dig med lokala  
transporter.  
Nyfiken? Ring 0476-100 16

**MASKINER OCH TILLBEHÖR  
FÖR  
SKOG-LANTBRUK-TRÄDGÅRD  
VÄLKOMNA TILL**



**CARL NILSSON AB  
MASKINAFFÄR**

TEL 0476-150 60, 343 00 ÄLMHULT

**GLASÖGONMÄSTER**

Anders Karlsson  
Leg. Opt. Kontaktlinnsbehörig

Köpmangatan 6  
343 30 Älmhult

Tel: 0476 - 100 77  
Fax: 0476 - 100 77



Skånevägen 28 343 34 Älmhult  
Tel: 0476-160 88 Fax: 0476-160 89 Mobil: 0708-13 82 58  
E-post: anders@kokett.com Hemsida: www.kokett.com

**DAVIDS FRISERSALONG**  
Hantverksgatan 2  
343 30 ÄLMHULT

**Tel. 0476 - 123 90**

**SKANSKA**

**Hus Sydost**

Köpmangatan 11, 343 36 Älmhult • Tel: 0476-108 85 • [www.skanska.se](http://www.skanska.se)



Vi sponsrar



OK Älmes ungdomar



**ÖHRNS ÄLMHULT**

BRED KOMPETENS - LÅNG ERFARENHET  
anor från 1951 - www.ohrns.com  
telefon 0476-124 60 fax 0476-107 65 info@ohrns.com



ÖHRNS

BESIKTNING & UTBILDNING AB

ÖHRNS

INGENIÖRSBYRÅ ÄLMHULT AB

EL - UTBILDNING  
REVISIONSBESIKTNING  
FÖR ELEKTRISKA NÄMNDEN

EL - PROJEKTERING  
KONTROLL  
BESIKTNING

ALLT UNDER ETT TAK



PROFF



BYGG  
NETTO



Vi finns där du finns.

Ernst & Young AB

Ernst & Young har 80 kontor runt om i landet. Vi hjälper till med frågor inom finans, IT, juridik, organisation, revision och skatt.

Oxorget  
343 24 Älmhult  
Tfn 0476 - 658 00  
Fax 0476 - 659 10

Drottninggatan 14  
285 21 Märkyvd  
Tfn 0433 - 160 10  
Fax 0433 - 165 49

www.ey.com/sweden

**ERNST & YOUNG**  
FROM THOUGHT TO FINISH.™



**Hagbloms Måleri**

*"en nyans starkare"*

Torngatan 4, 34331 Älmhult  
Telefon 0476-15500, 0708-539840

**Åhus Strand**

Hotellet vid havet!

Tel: 044 - 28 93 00

**TEAM SPORTIA®**

# Smålandskavlen 2006

Nu har planeringen börjat för det roligaste arrangemang man kan tänka sig, nämligen Smålandskavlen 2006.

Vi är några stycken som var med senast OK Älme arrangerade Smålandskvalen 1983.

Jag tycker att man kan dela in OK Älmes historia i tiden före och tiden efter Smålandskavlen. Föreningen fick ett otroligt lyft efter 1983 på flera plan, ökad aktivitet, nya medlemmar, vinsten från tävlingen gjorde att vi kunde bygga klubbstugan.

Jag tror att vi kan få samma utveckling efter 2006 års tävling. 1983 hade vi nästan 4 000 deltagare och 2006 räknar vi med ca 2 500 deltagare så tävlingen har faktiskt minskat något. Idag har vi en mycket mer rutinerad arrangörstab än vad vi hade 1983 och arrangemanget kräver idag färre funktionärer eftersom mycket arbete har datoriserats.

En grupp bestående av Torsten Claesson, Ulf Jansson, Göran Liljeqvist, Bengt Karlsson, Staffan Käll, Leif Nilsson, Sven Ruther och undertecknad har samlats vid några tillfällen under hösten och gjort en grovplanering av organisationen för tävlingen. Vi har också gjort ett studiebesök på årets Smålandskavle i Vetlanda som arrangerades av OK Njudung/OK Bävern.

Tävlingscenter är bestämt till Hallaryd och vi skall vara vid fabriken där vi hade tävlingen i maj i år. Göran Liljeqvist blir banläggare. Vi tror att en oerhört viktig funktion på tävlingen är datasidan och Bengt Karlsson uppskattar att vi behöver ett 20-tal datorer för att få det att fungera. Jag har därför redan pratat med Pelle Björkman på Delta Data och han lovat att hjälpa till på

den tekniska sidan och även låna ut ett antal datorer. Ett annat stort område är logi och servering och skolorna i kommunen är bokade. Vi har också gjort klart med speakers, Per Forsberg och Lalle Broberg (finskspråkig) och ljudet sköter "Ljud Ola".

Gruppen skall i januari åka till ett möte i Vetlanda där 2004 års arrangör berättar om sin tävling och lämna över en CD med all information om tävlingen till 2005 års arrangör, Nybro OK, 2007 års arrangör SOK Viljan samt till oss. Efter att vi varit där kommer vi att spika vår organisation och tillsätta ansvariga för varje funktion. Vår bedömning är att det krävs ca 40 ansvariga med lika många biträdande för att klara eventuell backup. När vi är klara med detta kommer vi under våren dra igång en studiecirkel och gå igenom de olika funktionerna för att i oktober göra en gemensam studieresa till Nybro för att titta på deras tävling. Eftersom det behövs så många funktionärer måste vi även försöka hitta folk utanför klubben som vill vara med och hjälpa till, men det tror jag inte är något problem bara vi är ute i god tid.

Jag hoppas att alla är positiva när ni nu blir kontaktade under våren då vi utser de ansvariga för tävlingen och jag kan garantera att ni får vara med om något helt fantastiskt trevlig och roligt.

Håkan Persson  
Tävlingsledare



Datum	Träning	Information	Tränare	Fika	Samling	Tid	Lampa
	Tävlingar (urval)	Tävlingstyp					
	Övriga aktiviteter	Information	Ansvar				
<i>Samlingsplatser: F=Klubbstugan Fågelholken vid Fågelvägen, I=Klöhultsskolans Idrottshall</i>							
<b>Januari</b>							
lö 1 jan	Tormestorps IF						
sö 2 jan	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Erik L		F	10:00	
sö 9 jan	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Lövdahl		F	10:00	
må 10 jan	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 11 jan	Löpträning		Maria (ungdomar)	Ulf Jansson	F	18:00	x
13-16 jan	Träningsläger skidor		Skidkom				
14-16 jan	Träningshelg SmOF	ungdomar 13-16 år, OL-Gymn Eksjö					
må 17 jan	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 18 jan	Löpträning		Jörgen (ungdomar)	Sven-Erik S	F	18:00	x
sö 23 jan	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Torsten		F	10:00	
må 24 jan	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 25 jan	Löpträning		Göran (ungdomar)	Neckén	F	18:00	x
sö 30 jan	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Staffan		F	10:00	
må 31 jan	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
<b>Februari</b>							
ti 1 feb	Löpträning		Staffan (ungdomar)	Bengt P	F	18:00	x
fr 4 feb	Årsmöte	prisutdelning, fika mm			F	19:00	
4-6 feb	Träningshelg SmOF	ungdom + junior, OK Gisle					
sö 6 feb	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Sven R		F	10:00	
må 7 feb	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 8 feb	Löpträning		Lars H (ungdomar)	Kurt Lindsten	F	18:00	x
sö 13 feb	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Lars Strand		F	10:00	
må 14 feb	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 15 feb	Löpträning		Jessica (ungdomar)	Lagerblad	F	18:00	x
18-20 feb	Träningshelg SmOF	Junior/senior, SOK Viljan					
sö 20 feb	Vinter-orientering	Anpassa banor efter snöläget	Lars H		F	10:00	
må 21 feb	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 22 feb	Löpträning		Maria (ungdomar)	Ulf Jansson	F	18:00	x
26-27 feb	Träningshelg SmOF	ungdomar 13-16 år, IK Hakarpspojarna					
lö 26 feb	Andrarums IF						
	Andrarums IF						
sö 27 feb	Öppet spår						
må 28 feb	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
<b>Mars</b>							
ti 1 mar	Löpträning			Jens Lindell	F	18:00	x
to 3 mar	Orienteringsteknik	Slingor	Jörgen		F	18:00	x
fr 4 mar	Pan-Kristianstad	natt					
lö 5 mar	Pan-Kristianstad	stafett					
sö 6 mar	Pan-Kristianstad						
sö 6 mar	Vasaloppet	klassisk					
må 7 mar	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 8 mar	Löpträning			Håkan P	F	18:00	x
to 10 mar	Orienteringsteknik	Bävern	Göran		F	18:00	x
fr 11 mar	Laholms IF	natt					
	Härlövs IF	kort					
lö 12 mar	OK Lindena	klassisk, Hallandspremiären					
sö 13 mar	Härlövs IF	klassisk					
	Halmstad OK	Hallandsstafetten					
må 14 mar	Cirkelträning		Linda		I	18:00	
ti 15 mar	Löpträning			Gustafsson	F	18:00	x
to 17 mar	Orienteringsteknik	Slingor	Staffan		F	18:00	x
lö 19 mar	OK Orion	klassisk					

Vecka	Datum	Träning	Information	Tränare	Fika	Samling	Tid
		Tävlingar (urval)	Tävlingstyp				
		Övriga aktiviteter	Information	Ansvar			
<i>Samlingsplatser: F=Klubbstugan Fågelholken vid Fågelvägen, I=Klöhultsskolans Idrottshall</i>							
###	sö 20 mar	Ronneby OK	klassisk				
###	ti 22 mar	Löpträning			Lars M	F	18:00
###	to 24 mar	FK Boken	natt			F	18:00
12	24-25 mar	OK Skogsfalken	7-manna-budkavlen				
###	lö 26 mar	OK Vålse	klassisk, Silva Junior Cup				
###	sö 27 mar	Stigmännan-Karlshamn	kort				
###	må 28 mar	FK Boken	klassisk				
###	ti 29 mar	Orienteringsteknik	Bävaren	Lars H	Sören Blom	F	18:00
###	to 31 mar	Löpträning				F	18:00
<b>April</b>							
###	lö 2 apr	Ringsjö OK	klassisk				
###	sö 3 apr	Kalmar OK Frosta OK	klassisk klassisk				
###	ti 5 apr	Träningsorientering	Svanobodabladet, östra	Elin och Erik F		F	17:30
###	to 7 apr	Löpträning				F	18:00
###	lö 9 apr	Hästveda OK	SSM				
###	sö 10 apr	Hästveda OK	SSM stafett nationell, kort				
###	ti 12 apr	Träningsorientering	Slätthult, Fälhultsvägen	Elin och Lina N			17:30
###	to 14 apr	Löpträning				F	18:00
###	lö 16 apr	Hässleholms OK	kort, elitserien				
###	sö 17 apr	Hässleholms OK Växjö OK	klassisk, elitserien klassisk, ungdomscup				
###	ti 19 apr	Träningsorientering	Ormakulla, provlöpning tävlingsbanor	Göran och Barbro			17:30
###	to 21 apr	Löpträning				F	18:00
16	23-24 apr	10-mila					
###	lö 23 apr	FK Göingarna OK Stigen	kort klassisk, Per & Kersti				
###	sö 24 apr	FK Göingarna OK Stigen	klassisk ungdoms-stafett				
###	ti 26 apr	Träningsorientering	Haganäs, hembygdsparken	Maria och Peter			17:30
###	on 27 apr	OK Gyngge	kort				
###	to 28 apr	Löpträning				F	18:00
###	lö 30 apr	Tockarps IK	klassisk				
<b>Maj</b>							
###	sö 1 maj	FK Finn OK Gyngge	klassisk, ungdomscup klassisk				
###	må 2 maj	Tävlingsarbete				F	
###	ti 3 maj	Tävlingsarbete				F	
###	on 4 maj	Tävlingsarbete	Uppbyggnad TC och start				
###	to 5 maj	OK Älme	klassisk (TC vid Ormakullagården)	Staffan		F	17:15
###	lö 7 maj	Markaryds FK	kort				
###	sö 8 maj	Markaryds FK	klassisk				
###	må 9 maj	Fixarkväll vid klubbstugan	Förtäring från grillen	Leif		F	17:30
###	ti 10 maj	Träningsorientering	Svanobodabladet, västra	Sven, Bodil o Ola R			17:30
###	on 11 maj	Fixarkväll vid klubbstugan	Förtäring från grillen	Leif		F	17:30
###	to 12 maj	Zontävling	FK Finn, Klubbm klassisk distans			F	17:15
###	ti 17 maj	Träningsorientering	Bökhults badplats	Lars S och Jan L			17:30
###	to 19 maj	Zontävling	Markaryds FK			F	17:15
###	ti 24 maj	Klubbmästerskap sprint	Samling klubbstugan	Lars H och Bengt P		F	17:30
###	to 26 maj	Zontävling	OK Älme			F	18:00
###	sö 29 maj	OK Njudung	DM sprint, ungdomscup				
###	ti 31 maj	Träningsorientering	Liatorps idrottsplats	Torsten och Arne			17:30

Vecka	Datum	Träning	Information	Tränare	Fika	Samling	Tid
		Tävlingar (urval)	Tävlingstyp	Ansvar			
		Övriga aktiviteter	Information				
<b>Juni</b>							
###	to 2 jun	Löpträning				F	18:00
###	lö 4 jun	Zonläger	SK Graal, 4-5 juni			F	
###	sö 5 jun	Zontävling	SK Graal				
###	må 6 jun	Familjeutflykt	Kulturstigen Gustavslund-Jonsboda	Torsten		F	09:00
###	ti 7 jun	Träningsorientering	Bockatorp, pulkabacken	Kenneth o Ingrid			17:30
###	to 9 jun	Löpträning				F	18:00
###	ti 14 jun	Träningsorientering	Stenskärvet, Häradsbäck	Leif och Christel			17:30
###	to 16 jun	Löpträning				F	18:00
24	17-19 jun	Helsingborgs SOK	3-dagars				
###	ti 21 jun	Duathlon	Fot-/cykel-orientering, gem start kl 18	Linda och Jörgen		F	17:30
###	to 23 jun	Löpträning				F	18:00
###	to 30 jun	Stigmännan-Karlshamn	klassisk, Havs-OL				
<b>Juli</b>							
###	fr 1 jul	Stigmännan-Karlshamn	klassisk, Havs-OL				
26	2-3 jul	Emmaboda V/Lessebo OK	Tjoget, stafett				
27	8-10 jul	Halmstad OK m fl	Hallands 3-dagars				
###	lö 9 jul	OK Dacke	kort				
###	sö 10 jul	OK Dacke	klassisk				
28	12-13 jul	Västerviks OK	Tjust 2-dagars				
29	17-22 jul	O-ringen Småland	5-dagars				
###	lö 30 jul	IF Hagen	U-10-mila				
30	30-31 jul	Linköpings OK	43-kavlen, stafett				
<b>Augusti</b>							
###	ti 2 aug	Träningsorientering	Hallaryd - Örsjön, nordöstra delen	Henrik och Andreas			17:30
###	to 4 aug	Löpträning				F	18:00
###	lö 6 aug	OK Skärmen Hjärnarps GH OL	Götandsmästerskapen + klassisk klassisk				
###	sö 7 aug	OK Skogsmunken Hjärnarps GH OL	GM-stafett ungdom + kortdistans klassisk				
###	ti 9 aug	Träningsorientering	S Brokhult	Björn och Erik L			17:30
###	to 11 aug	Löpträning				F	18:00
###	lö 13 aug	Tenhults SOK	klassisk				
###	sö 14 aug	Bottnarvys IF OK Tyringe	ungdomscup klassisk				
###	ti 16 aug	Träningsorientering	Bokhultet, Diö	Lars H och Bengt P			17:30
###	to 18 aug	Löpträning				F	18:00
33	20-21 aug	SOK Viljan	kort+klassisk, 2-dagars				
###	sö 21 aug	Malmö OK	klassisk				
###	ti 23 aug	Träningsorientering	Mahultet	Staffan och Stella			17:30
###	to 25 aug	Löpträning				F	18:00
###	fr 26 aug	Kexholms SK	DM natt, ungdomscup				
###	sö 28 aug	Vimmerby/Hässleby	DM klassik, ungdomscup				
###	ti 31 aug	Träningsorientering	S Brokhult	Jessica o Krille			17:30
<b>September</b>							
###	to 1 sep	Löpträning				F	18:00
###	lö 3 sep	Eksjö SOK	DM kort, ungdomscup				
###	sö 4 sep	Nässjö OK	DM stafett				
###	ti 6 sep	Träningsorientering	Borshult	Lars M och Roland P			17:30
###	to 8 sep	Löpträning				F	18:00
###	lö 10 sep	Tjällmo-Godegårds OK Smedjebackens OK	USM, klassisk SM klassisk, kval				



Vecka	Datum	Träning	Information	Tränare	Fika	Samling	Tid	Lampa	
		Tävlingar (urval)	Tävlingstyp						
		Övriga aktiviteter	Information	Ansvar					
<i>Samlingsplatser: F=Klubbstugan Fågelholken vid Fågelvägen, I=Klöhultsskolans Idrottshall</i>									
###	sö 11 sep	Tjällmo-Godegårds OK Smedjebackens OK Alvesta SOK	USM, stafett SM klassisk, final klassisk (distriktstävling)						
###	ti 13 sep	Träningsorientering	Gränskartan, Lindås	Olle och Christer S			17:30		
###	to 15 sep	Löpträning				F	18:00		
###	lö 17 sep	FK Åsen	klassisk						
###	sö 18 sep	Älems OK	klassisk						
###	ti 20 sep	Träningsorientering	Svanabodabladet, östra	Ulf J och Håkan P		F	17:30		
###	fr 23 sep	Smålans OF	natt, ungdomscup						
###	lö 24 sep	Värend GN FK Boken	klassisk (distrikt), ungdomscup stafett						
###	sö 25 sep	Växjö OK OK Torfinn	Blåbärskavlen ungdomsstafett klassisk						
###	ti 27 sep	Löpträning				F	18:00		
###	to 29 sep	Orienteringsteknik	Bävern	Maria		F	18:00		
<b>Oktober</b>									
###	lö 1 okt	?	Lämmeltåget, ungdomsstafett						
###	sö 2 okt	OK Tuvan/Ringsjö OK SOL Tranås	Ungdomens 7-manna kort/klassisk						
###	ti 4 okt	Löpträning				F	18:00		
###	on 5 okt	Orienteringsteknik	Slingor	Jörgen		F	18:00	x	
###	lö 8 okt	OK Skogsfalken Täby/Vallentuna	25-manna kort						
###	sö 9 okt	OK Skogsfalken	kort						
###	må 10 okt	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 11 okt	Löpträning				F	18:00		
###	to 13 okt	Orienteringsteknik	Bävern	Göran		F	18:00	x	
###	lö 15 okt	Karlsbyhedens IK Karlsbyhedens IK	Daladubbeln Daladubbeln						
###	sö 16 okt	FK Vittus Andrarums IF	Vittuskavlen, stafett partävling						
###	må 17 okt	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 18 okt	Löpträning			Sven Ruther	F	18:00	x	
###	to 20 okt	Orienteringsteknik	Slingor	Staffan		F	18:00	x	
###	sö 23 okt	OK Vilse	DM lång Skåne/Blekinge						
###	må 24 okt	Cirkelträning		Linda och ?	Lagerblad	I	18:00		
###	ti 25 okt	Löpträning				F	18:00		
###	to 27 okt	Orienteringsteknik	Bävern	Lars H		F	18:00	x	
43	29-30 okt	Nybro OK	Smålandskavlen						
###	må 31 okt	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
<b>November</b>									
###	ti 1 nov	Förberedande skidträning	Ta med skidstavar	Skidkom	Jessica	F	18:00		
###	on 2 nov	Tävlingsarbete				F			
###	to 3 nov	Orienteringsteknik	Slingor	Jessica		F	18:00		
###	lö 5 nov	OK Älme	TC Diö skola	Leif					
###	sö 6 nov	Hylte OK	Bävern						
###	må 7 nov	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 8 nov	Löpträning			Lövdahl	F	18:00		
###	to 10 nov	Orienteringsteknik	Bävern	Maria		F	18:00		
###	lö 12 nov	Fixarkväll vid klubbstugan	Avslutning med "After work" på kvällen	Leif		F	13:00		
###	må 14 nov	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 15 nov	Löpträning			Bergman	F	18:00		
###	to 17 nov	Orienteringsteknik	Slingor	Jörgen		F	18:00		
###	må 21 nov	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 22 nov	Löpträning			Liljequist	F	18:00		
###	to 24 nov	Orienteringsteknik	Bävern	Göran		F	18:00		
###	må 28 nov	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00		
###	ti 29 nov	Förberedande skidträning	Ta med skidstavar	Skidkom	Torsten	F	18:00		

Vecka	Datum	Träning	Information	Tränare	Fika	Samling	Tid	Lampa
		Tävlingar (urval)	Tävlingstyp	Övriga aktiviteter	Information			
Samlingsplatser: F=Klubbstugan Fågelholken vid Fågelvägen, I=Klöhultsskolans Idrottshall								
<b>December</b>								
###	to 1 dec	Orienteringsteknik	Slingor	Staffan		F	18:00	
###	lö 3 dec	Planeringsdag	Asa vandrarhem/kursgård	Rebecca				
###	sö 4 dec	Tränings-orientering	Asa	Rebecca				
###	må 5 dec	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00	
###	ti 6 dec	Löpträning			Staffan	F	18:00	
###	to 8 dec	Orienteringsteknik	Bävern	Lars H		F	18:00	
###	må 12 dec	Cirkelträning		Linda och ?		I	18:00	
###	ti 13 dec	Löpträning			Leif & Christel	F	18:00	
###	to 15 dec	Orienteringsteknik	Slingor	Jessica		F	18:00	
###	sö 18 dec	Julklappsorientering				F	10:00	

## Att springa budkavlar

Det är något visst med att springa budkavlar. Startskottet, förvarningen, den väntan vid växlingsfällan, spänningen, gemenskapen med laget, tempot, hejaropen från klubb-medlemmarna, målgången och kanske den stundande prisutdelningen...

Under 2004 har klubbens medlemmar ställt upp i många såväl små som stora budkavlar. Det är främst våra ungdomar som har varit aktiva men även många av de äldre har genomfört en eller ett par budkavlar under året. Jag tror att många av er håller med mig om att budkavlar stärker gemenskapen mellan såväl laget som klubbens medlemmar och att vi borde satsa på att delta i ännu fler budkavlar nästa år.

På planeringsdagen den 4 december tog vi beslut om att ställa upp i följande större budkavlar under 2005: Tjoget, Gubbarnas 10-mila och 25-manna. Självklart hoppas jag att ni vill springa många, många fler budkavlar men de nyss nämnda är ju så pass stora att de kräver lite längre framförhåll-

ning och därför vill jag att ni redan nu ska få kännedom om vad som är på G. På planeringsdagen framfördes från orienteringskommittén önskemål om att i god tid utse lagledare för de ovan nämnda budkavlarna då det ju inte alltid är självklart att UK finns på plats trots att de har haft ett finger med vid sammansättningen av laget. En lagledare bör bli tillsammans med UK i god tid ta ut ett lag, anmäla laget, informera de som ingår i laget, arrangera samåkning och eventuellt boka mat och logi. För de ovan nämnda budkavlarna ser det i dagsläget ut enligt följande:

Tjoget (Lagledare: vakant)  
 Gubbarnas 10-mila (Lagledare: Lars Strand)  
 25-manna (Lagledare: Torsten Claesson)

Anmäl i god tid ert intresse av att delta i de budkavlar som arrangeras under 2005!!!

/ Jessica Nilsson, Orienteringskommittén och UK

# Skidläger i Kilsbergen 13-16 Januari

*Nedan är samtliga anmälda till lägret i Kilsbergen. Om du är preliminärt anmäld eller har möjlighet att köra till Kilsbergen kontakta Kurt Lindsten tel. 22165*

Anmälda till lägret är:

Kurt Linsten  
Leif Nilsson  
Oskar Björck  
Barbro Liljequist  
Göran Liljequist  
Ann-Britt Persson  
Håkan Persson  
Johan Persson  
Staffan Käll  
Stella L- Käll  
Märta-Stina Käll  
Arvid Käll  
Kenneth Lindell

Georgios Hatzikirkou  
Linda Assarsson  
Jörgen Assarsson  
Anita Flink  
Susanne Petersson  
Susanne Hultén

Preliminärt anmälda är:

Maria Gustavsson  
Felix Assarsson  
Jakob Assarsson

---

Att köra skoter

=====

Är du intresserad av att lära dig köra skoter och göra skidspår?  
Vill du veta mer kontakta Kenneth Lindell 10542.

Skidledare utbildning

=====

För dig som är intresserad finns det möjlighet att gå skidledar utbildningar. Vill du veta mer kontakta Kenneth Lindell 10542.



# Hur bra är du egentligen?

Då var det dags för slutställningen det här året!

Damerna har hittat sina positioner inbördes, förutom att Elin Folkesson-Blom plockat en placering och gått förbi Ingrid.

På Sverigerankingen fortsätter Maria att plocka. 352:a förra gången, nu 77 placeringar bättre, jättebra!!

Övriga har alla tappat lite förutom då Elin och Stella som klivit upp några platser.

Plac	Riks	Klass	Damer	Poäng
1.	(275)	D20	Maria Gustafsson	15.5
2.	(872)	D18	Lina Neckén	29.54
3.	(975)	D21	Elin Neckén	31.35
4.	(1278)	D45	Stella Lindqvist-Käll	38.09
5.	(1560)	D18	Elin Folkesson-Blom	44.38
6.	(1687)	D45	Ingrid Lövdahl	47.3
7.	(1951)	D70	Gullan Almqvist	53.14
8.	(2412)	D55	Bodil Ruther	68.81
9.	(2883)	D50	Christel Nilsson	121.77

Bland herrarna har vi fått en ny ledare, Jonas Palm! Som gått förbi Björn. Med än rätt så säker marginal. Däremot tror jag själv inte att marginalen ner till Erik L kommer att vara så länge. Han går fram som en raket, har tagit 167 steg uppåt på riksrankingen! Tufft gjort!! Bland herrarna har det också för övrigt hänt en del. Som undertecknad varnade för i förra numret så har Staffan passerats, även Erik F-B har gått förbi Staffan. Men Erik F-B lär snart göra sin namne sällskap i toppen.....

Lars Strand fortsätter att avancera, tog Kenneth här på sluttampen. Övriga har behållit sina placeringar på listan.

Plac	Riks	Klass	Herrar	Poäng
1.	(320)	H21	Jonas Palm	11.24
2.	(405)	H21	Björn Liljequist	12.96
3.	(540)	H16	Erik Liljequist	15.08
4.	(1871)	H45	Lars Magnusson	31.8
5.	(2062)	H16	Erik Folkesson-Blom	34.05
6.	(2426)	H40	Staffan Käll	38.2
7.	(2675)	H45	Lars Strand	41.45
8.	(2843)	H55	Kenneth Lövdahl	43.63
9.	(3245)	H50	Göran Liljequist	48.68
10.	(3436)	H65	Torsten Claesson	51.41
11.	(3445)	H60	Sven Ruther	51.65
12.	(3503)	H60	Lars Henriksson	52.33
13.	(3851)	H50	Leif Nilsson	58.08
14.	(3916)	H55	Arne Johansson	59.17
15.	(4376)	H35	Jerker Nilsson	68.48
16.	(4954)	H70	Gunnar Bladh	84.44

17.	(5022)	H75	Gösta Svensson	86.89
18.	(5392)	H65	Ragnvald Bladh	126.59

**Periodens raket:** Faktiskt undertecknad, kan bero på att han inte sprang så många tävlingar den här perioden förra året...

**Periodens ras:** Kenneth Lövdahl. Kan bero att han sprang väldigt bra förra hösten....

Jag säger bara, nya tag om någon månad och det bästa sättet att klättra är att träna i vinter.... hade ni inte tänkt på, va!?

*Från er statistik-Nisse, Lars "Raketen" Magnusson*

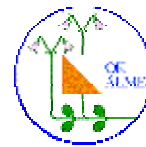


**Damer: Maria Gustafsson**

**Herrar: Jonas Palm**



# OK ÄLME



## välkomnar till "Kristi himmelfärdslöp"

torsdagen den 5 maj 2005.

Nationell orientering, klassisk distans,

---

Anmälan	" <b>klubben on-line</b> " eller fax 0476-109 03, senast tisdagen 26 april. Startavgifter, HD17- 80 kr, -HD16 35 kr, faktureras i efterhand. SOFT's tävlingsregler gäller. Efteranmälan, 50 % extra, senast tisdag 3 maj kl 19.00 på "klubben online", e-post: <a href="mailto:anmalan@okalme.com">anmalan@okalme.com</a> eller tfn 0476-162 77.	
Klasser	Insk. U1. U2. U3. U4. DH10. DH12. DH14. DH16. DH18. DH20. DH21. DH21L. DH35. DH40. DH45. DH50. DH55. DH60. DH65. DH70. DH75. H80. DH20M. DH21M. DH35M. DH45M. DH55M samt Öppna klasser.. Banlängder enligt SOFT's rekommendationer.	
Stämpling	SPORTIDENT. Ange bricknummer alt. hyrbehov. 20:- per löpbricka. Startstämpling för Ö, Insk, U och M-klasser. Startlista anslås på hemsida: <a href="http://www.okalme.com">www.okalme.com</a> Samma gäller resultatlista.	
Samling	Ormakulla hembygdgård, belägen i s,v kanten av Älmhults tätort.Skärm Vid rv 23, infart Älmhults södra samt lv 120's infart till Älmhults från väst.	
Parkering	I anslutning till TC. P-avgift 5 kr. För husvagnscampare rekommenderas Sjöstugans camping	
Start	Första start kl 10.00. Max avstånd till start 700 meter.	
Karta	Svanabodakartan. Skala 1:10 000 och 1:15 000. Ekv 2.5 m. Ritad av Lars Magnusson 2003. Digital utskrift.	
Terräng	Gran och tallskog. Flera inslag av högest bok. Måttlig kupering De längre banorna. berörs av en större höglänt våtmark. Kortare banor och avslutning i stigrikt område. Allmänt god framkomlighet.	
Omkl/ dusch	Utomhus, varmdusch	
Service	Servering, knatteknat och barnpassning.	
Ledning	Tävlingsledare	Staffan Käll, 0476-130 01, 070-175 16 29
	Banläggning	Göran Liljequist, 0476-153 11
	Tävlingskontroll	Jörgen Fransson, 0471-126 83
	Bankontroll	Frans Svensson, FK Finn, 0372-353 99
Pressinfo	Lars Magnusson	0476-16288, 070-663 38 88
Upplys.	Hemsidan, klubbstugan, 0476-109 03, eller tävlingsledaren.	

Vi ses i vårens allra bästa ol-tid!

## Det lackar mot juletid men om hörnet väntar vårkänslor och vårsång!

2004 års tävlingsår är slut. För dörren står julklappsol och 2005 års upptakt, Tormestorps nyårstävling. Sedan går vintern i en rasande fart och snart är det vårsång, ( det är bara 2 månader till 2005 års tävlingsstart).

Själva har vi **vår traditionella vårtävling, Kristihimlesfärdsdag, torsdagen 5 maj.** Målplatsen kommer att vara på Ormakullagården i södra delen av Klöxhult. Startplats vid vår klubbstuga. Banorna läggs av Göran Liljekvist och själv är jag tävlingsledare. Som vanligt väntar vi mycket folk, säkert minst 800 löpare. Det vore roligt med lite nytt folk på någon av de tyngre funktionärsplatserna. Det behöver vi, speciellt med tanke på att klubben 2006 står som värd för Smålandskavlen. Inbjudan är klar och finns med i detta julnummer av Kontroll. Inom kort kommer jag som vanligt att ringa runt för att besätta de olika huvudfunktionärsplatserna. Än finns lediga platser för den hugade klubbfunktionären, ( dröj bara inte för länge, de populära börjar bli bokade).

I år får löparna rejäl omväxling under tävlingens gång. Svanabodakartans terräng är på sina ställen rent vildmarksbetonad med närmast fjällkänsla på den höglänta Virehultsmossen och tätortsnära med snabblopning mellan Klöxhultsvillornas trädgårdar.

Bis bald und Kössenöm!

*Staffan Käll, 0476-130 01 epost: [staffan.kall@brevet.nu](mailto:staffan.kall@brevet.nu)*



Vill ditt företag spara pengar?  
Vi hjälper dig med lokala  
transporter.  
Nyfiken? Ring 0476-100 16

# O-ringen 2005 i Småland



Har du tänkt delta i O-ringen 2005? I så fall är det redan nu dags att börja planera. Om du redan har bestämt dig för att du ska delta och om du vill komma undan lite billigare så anmäl dig och betala in redan nu.

**OK Älmes anmälningsrutiner för O-ringen 2005 kommer att se lite annorlunda ut i år jämfört med tidigare. Det är nämligen så att i år får du som har tillgång till internet själv anmäla dig online på samma sätt som du anmäler dig till andra tävlingar. Skillnaden jämfört med de flesta andra tävlingar är att det finns en hel del tilläggstjänster att fylla i om man t ex önskar campingplats, busskort parkeringsdekal eller vad det nu kan vara.**

**Du som inte har tillgång till internet kan i vanlig ordning anmäla dig till mig via telefon (0476-520 28) och därefter betalar du själv in avgiften via bankgiro.**

**Nedan återges delar av innehållet ur inbjudan till O-ringen 2005 för kännedom.**

## Anmälan

Ordinarie anmälan kan göras t o m den 18 maj 2005. Tidig anmälan och betalning av avgifter kostar mindre. Efteranmälningar kan tas emot till och med 16 juli. Till direktklasser behövs ingen föranmälan.

Löpare som tillhör svenska klubbar anmäler sig via "klubben online".

## Avgifter

Anmälan och betalning av avgiften ska ske senast angivna datum. För uppgifter om priser och klasser hänvisas till inbjudan.

2004-11-01 första omgången  
2005-03-01 andra omgången  
2005-05-18 tredje omgången  
-2005-07-16 efteranmälan

## Betalning

Anmälan och bokningar är giltiga först när avgifterna är betalade.

Inbetalning görs på: Bankgiro 5408-1971  
O-ringen 2005

**OBS!** Vid alla inbetalningar ska klubbnummer anges (OK Älme 12829)

## Boende

Vid bokning av campingplats senast den 18 maj 2005 erhålles klubbvis camping.

## Transporter

Parkeringsdekaler och busskort beställs vid anmälan senast den 18 maj 2005.

/Jessica Nilsson (Tfn: 0476-520 28, E-post: [jessica.nvh@telia.com](mailto:jessica.nvh@telia.com))



# Följande har redan anmält sig till O-ringen 2005

Jag har inte så bra koll på hur många som brukar anmäla sig till O-ringen redan i november, men visst ser det väl lovande ut att 17 stycken redan har anmält sig. Det är särskilt roligt att så många ungdomar redan har anmält sig och att det nästa år tycks bli flera Älmare i vissa klasser. Som det ser ut just nu så kan vi vänta oss tuffa fighter i H12, H35 Motion och inte minst i H50Kort.

Nästa anmälningsstopp är den 1:a mars 2005 och därefter hoppas jag kunna återkomma med mer information om läget. Är det ingen som vågar ställa upp i D21 Motion?

**H12** Johannes Bergman  
**H12** Oscar Björck  
**H13** Carl-Johan Bergman  
**H18 Elit** Erik Liljequist  
**H35 Motion** Lars "Krillem" Björck  
**H35 Motion** Jerker Nilsson  
**H45 Motion** Peter Gustafsson  
**H50 Kort** Leif Nilsson  
**H50 Kort** Göran Liljequist  
**H60** Lars Henriksson  
**H65 Motion** Kjell Persson  
**H70 Motion** Gunnar Bladh

**D13** Sofia Bergman  
**D15** Annika Liljequist  
**D20 Elit** Maria Gustafsson  
**D21 Motion** Jessica Nilsson  
**D50 Motion** Christel Nilsson

*/ Jessica Nilsson*

---

## Meddelande från Valberedningen

Hej, alla ni förtroendevalda i OK Älme!

Tiden går fort och snart är vi inne i ett nytt verksamhetsår. Som vanligt har klubben årsmöte den första fredagen i februari, dvs 4 februari 2005.

Klubbens verksamhet och framgång bygger på alla ideella insatser, som utförs av klubbmedlemmar i de olika kommittéerna. Den som av någon anledning inte kan stå till förordande verksamhetsåret 2005 för den uppgift han/hon är vald till, måste till Valberedningen avsäga sig omval innan 31 december 2004.

Vänligen  
*Valberedningen*

Stella Lindquist-Käll  
0476-13001

Maria Gustavsson  
0476-15842

Kenneth Lindell  
0476-10542



# Plockepinn

Så var vi på plats i Olofström igen, denna kalla men väldigt fina höstdag, för att anta årets utmaning.

Varför är vi här? frågar vi oss själva när vi strosar runt på skolans öppet-hus några timmar innan start.

- För att det är kul! Blir svaret utan att ha tänkt efter. Men vi vet båda två att det inte är det, vi vet hur fruktansvärt tråkigt och jobbigt det kan vara att traska timme efter timme i ett satans grönområde utan att hitta kontrollen. Ändå så ställer man upp år efter år – just för att det är kul (mycket man glömmer på ett år). Det finns ändå en speciell stämning och prestige över det här arrangemanget och pratet efteråt är oslagbart.

Jag är i patrull med Lisa Palm från Lessebo och vi inkvarterar oss hos våra kära vänner på Borgen och allt ser positivt ut: Lamporna laddade med extra batteri, vädret perfekt (några minus, ingen snö, frusen mark), chokladpudding till matsäck, blåbärssoppa i termoserna osv. och förutom att vi startar en kvart efter tjejerna vi tänkt oss samarbete med är allt toppen.

Väl i bussen så är väskan fullpackad med extrakläder, mat och dricka. Nervositeten börjar infinna sig och man väntar med spänning på vart bussen ska stanna. Den stannar mitt i skogen öster om vägen mot Lönsboda och Älmhult. Vi får vänta ett tag innan start eftersom vi anses rutinerade och har därmed halkat en bit ner på startlistan. Det är mycket hets och psykning i bussen, särskilt mot de små ettorna som ska ge sig ut för första gången.

Starten går till slut för vår del och mitt första batteri vill inte fungera så det blir till att byta på en gång. Men vi startar ändå lugnt och metodiskt och går till vår stora förvåning spik på varenda kontroll. Vid varvning är vi i ledning, alltså plockat 30min på de först startande. Vi träffar också på våra samarbetspartners här men vi skiljs åt igen för vi tycker oss ha fått in så bra flyt själva. Det fortsätter på samma sätt och även denna slinga går förvånansvärt bra och bortsett från en liten miss på 10min har det gått spik. Inne vid sista varvningen är vi fortfa-

rande i ledning och här blir det en liten paus med klädbyte och lite matpåfyllning innan vi skyndar iväg för att ingen ska hinna komma och se oss. Det här var ju superkul i år!

Backsträcksbanan såg lätt ut tyckte vi, lättare än vanligt, och vi sprang därför på lite extra. För vi hade ju faktiskt ett utmärkt läge att ta oss i mål som segrare som dom första tjejerna att göra detta.

Första kontrollen var en udde vid en sjö, kunde ju inte vara så svårt, eller? Om vi säger så här, man ska inte underskatta svårigheten eller ska man kanske säga inte överskatta sin förmåga. Vi slarvade lite och gjorde ett litet men ödesdigert parallellfel. Följde stemmuren som vi antog var gränsen till ängen och som skulle leda oss till sjön. Den ledde oss till en jättestor och blöt mosse och jag kan säga under den här tävlingen kan man få allt till att stämma. Sjön måste ha torkat ut kom vi på och traskade runt i mossen och hittade 100-tals med perfekta uddar men ingen kontroll. Inga andra lampor såg vi heller, men det var bara att kämpa på. Efter någon timme började tålmodet tryta, då såg vi två lampor komma från uppfån och tänkte, de måste veta! De tänkte likadant, två killar i ettan (Sebastian Ljungdal och Patrik Lindeberg), så då var vi fyra som gick i ”sjön” och tänkte hur sjutton kan dom göra en sån här första kontroll?! Det började bli riktigt tråkigt och drygt och efter ca 1,40 var tålmodet inte precis på topp (med tanke på att 8km och 5kontroller återstod!). För att göra någonting (för ge upp kunde vi ju inte) tog vi kompassen ut mot en väg för att ha en aning. Då kunde vi ganska snabbt läsa in oss tog riktning mot sjön som visst visade sig inte vara uttorkad, och kontrollen satt extremt tydligt och fint ute på udden. Ett jubel utbrast iaf, vi hade hittat ettan! Kom dock snabbt på oss själva att tysta ner så att ingen annan skulle höra var kontrollen var.

Genast fick man mer energi och nu var vi fyra och det känns alltid bättre med tanke på lampor, tidsfördrivning osv. (även fast

dessa pojkar inte var till någon större orienteringsmässig hjälp). Det flöt på ganska bra för oss och vi hade faktiskt ganska kul dessutom. Benen och kroppen började dock bli ganska så trötta och vi hade bara en kontroll kvar! Äntligen. Vi tyckte oss gå rätt på den igenvuxna ängskanten (grönområde) men satt där någon kontroll? Nädå så smidigt skulle det inte gå utan vi letade ett bra tag. Nähe, då är vi väl helt fel tänkte vi och tog oss direkt ut till en väg några hundra meter bort. Läste med säkerhet in oss och gick in igen, nej men här känner vi ju igen oss, jada det var samma ställe som innan. Lamporna började ta slut men vi fortsatte och gick ut en gång till men kom fortfarande till samma ställe. Var hundan kunde vi vara då, gick på ett annat håll och följde ängen, kom till ett hus och fortsatte följa en äng och ut på samma väg fast någon km bort. Den här gången var vi verkligen 100% säkra på att det var rätt äng men endast en lampa återstod och vi var oerhört trötta. Vi gjorde ändå ett sista försök med noggrann stegning, men nu började även denna lampa att ge sig så det var bara till att traska ut mot vägen innan den tog slut helt. Efter ca 8h i skogen vandrade vi nu trötta, slitna, törstiga, hungriga och bittra hem mot Borgen. Vi blev väl mottagna av alla som satt och väntade på att få äta. Det var dock ganska hårt just då att inte

ha hittat sista, särskilt när vi fick veta att vi endast varit max 5meter från kontrollen! Efter en dusch var det dock väldigt gott med mat (kl 01 på natten) och vi hade ju trots allt kämpat väldigt väl!

Liksom alla andra år så fanns det hur mycket upplevelser som helst att prata och berätta om vilket gjorde natten lång...

Segrade gjorde Marko och Thomas från OK Vilse på ca 4h. Bara fyra av sjutton patruller tog sig runt. Så vi var rätt bra ändå och det viktigaste är att kämpa och göra sitt bästa! De flesta hade gett upp långt innan, så i efterhand är vi nöjda!

*/Maria*

#### **KORT FAKTA:**

Årlig tävling på Ol-gymnasiet i Olofström. Man springer i patruller. Bussas ut till hemlig startplats. Genomförs efter mörkrets inbrott. Jaktstart med handikapp. 3 slingor.  
 \*valfri ordning (mycket grönområde) 2,5km  
 \*kontrollplock (bara grönområde) 3km  
 \*Backsträckskarta från 1937 9,5km  
 Först till Borgen (elevboendet) vinner. Segrartid ca 4h. 25% brukar ta sig runt. Bankett med prisutdelning efter allas målgång...

