

SOK Viljan

KAMPEN



NUMMER 2
1989



MARTIN A. PÅ DALATOUR



Agneta Nilsson - snabbast av alla på korta banan

Kommunmästerskap i Tjej-Jogging.

Vårt försök med tjejloppet blev Ingen större succé deltagarmässigt. Men de som deltog trivdes, trots att regnslussarna öppnades på vid gavel både före start och under loppet.

Ett par missöden störde helhets intrycket av tävlingen.

Vi hade planerat 10 min. Gympa som uppvärmning, men detta fick tyvärr slopas. Vidare hade en hel del snitslar och skyltar plockats bort, samt hängts upp i fel riktning. Det blev en läxa till en ev. nästa gång, att man tydligen måste ha fler vakter.

Av 37 anmälda startade 26 från 14-65 år.

Regnet upphörde när tjejerna hade värmt upp sig i varmduchen, och segrarna kunde belönas, och dessutom lottades 10 priser ut. Glasskålar samt skänkta väskor av Sparbanken Kronan.

Segrage:

17-19 4,9 km.		
Agneta Nilsson	SOK Viljan	22.56
20-29 7,9 km.		
Lena Lövgren	SOK Viljan	39.56
30-39 7,9 km.		
Yvonne Bergvall	TBV	42,16
40-49 4,9 km.		
Marianne Olsson	PK Hälsan	23,15
50-- 4,9 km.		
Birgit Johansson	PK Hälsan	26,17

Motionssektionen

STYRELSEN
INFORMERAR



Som orienteringsklubbmedlem är Du också med i SILVA OL-CLUB.

Medlemskapet ger Dig bästa möjliga service när Du köper Din OL-utrustning i butiken på hemorten.

Club-kortet berättigar Dig också till alla medlemsförmåner. De finns beskrivna i SILVA CLUB-information, som Du får av Din OL-klubb.

Bifogat med detta nummer av Klubb-översikten överlämnar vi ett personligt kort till samtliga medlemmar. Kortet berättigar till 10% rabatt på inköp av alla Silva-produkter hos SÖT-hörnan. Kortet skall medtagas vid inköp och får naturligtvis inte överlåtas. Utöver nämnda rabatt får klubben provision på den sammanlagda inköpssumman.

Styrelsen.

SKÅNSKA SKIDKLUBBENS

På skärmjakt i ryska skogarna

Om några år får nuvarande världseliten i orientering säkert se upp för ryska orienterare. Sporten är på frammarsch i Sovjetunionen och man har nu börjat ta in impulser från väst.

I slutet av april deltog 39 elever från OL-gymnasiet i Eksjö, däribland oskarshamnarna Kenny Hansson och Magnus Petersson, i en resa till Kiev och Krim där de också deltog i några tävlingar.

Sedan i höstas går de två lovande orienterarna från SOK Viljan i Oskarshamn Magnus Petersson och Kenny Hansson på OL-gymnasiet i Eksjö. De varvar studier på teknisk respektive naturvetenskaplig linje med orienteringsträning.

Liknande skolor finns även i Sovjetunionen. I samband med tävlingar i Tjeckoslovakien i höstas fick Lars Hultman och Torild Bornetun i Smålands Orienteringsförbund en förfrågan från sovjetiska orienteringsledare om ett utbyte mellan unga orienterare i de båda länderna.

Budet gick till OL-gymnasiet i Eksjö. Vikarierande läraren på OL-linjen Göran Nilsson organiserade en resa. I slutet av april flög de samtliga 39 eleverna på linjen samt fyra ledare till Moskva, varifrån de åkte tåg till Kiev. Bland eleverna var oskarshamnarna Magnus Petersson och Kenny Hansson.

□ Dåliga kartor

- Våra värder i Sovjet svarade för uppehållet, mat, resor inom landet och lite fickpengar. berättar Magnus.

I Kiev deltog Kenny och Magnus tillsammans med sina kamrater från gymnasiet i Eksjö i stadsmästerskapen som ägde

vidare till Krim som var det längsta uppehållet på resan.

- På Krim deltog vi i en tredagars tävling, en tävling som mer kan jämföras med vårt fem-dagars, berättar Kenny.

Det gick dock inte särskilt bra för de svenska orienteringsungdomarna. Dels var de lite ovana med kartorna. De var ritade utan flygfotografering, så de stämde inte så exakt som de svenska. Dels var terrängen lite annorlunda än den de är vana vid i Norden och Mellaneuropa.

- Här fanns ingen barrskog, bara tät lövskog. Dessutom var terrängen grymt kuperad, tillägger Magnus.

Gymnasieeleverna är de första västerländska orienterare som bjudits in till Krim.

□ Stor öppenhet

Både Magnus och Kenny är lite förvånade över den öppenhet de mötte i Sovjetunionen. De hade väntat sig betydligt mer krångel. Passkontrollen i tåg tog inte alls så lång tid som de befärat. Några större begränsningar av vad de fick fotografiera möttes de inte heller av.

- Däremot var standarden på hotellrummen långt under den svenska, trots att vi bodde på de bästa hotellen. Maten var också annorlunda, berättar Kenny.

- Luftföretagarna var också betydande i städerna, konstaterar Magnus och Kenny.

Några svårigheter att få kontakt med de sovjetiska orienteringsungdomarna upplevde inte Magnus och Kenny.

- De kunde engelska ganska bra. Så vi bytte adresser med varandra. De var också intresserade av att byta kartor med oss.

I höst kommer ryssarna till Sverige. De ska bli a delta i VM-tävlingarna i Skara. Kan mest för att se och lära.



De ryska kartorna var ritade utan flygfotografering och stämde inte lika bra som de kartor vi är vana vid, förklarar Magnus Petersson och Kenny Hansson som i slutet av april deltog i några orienteringstävlingar i Sovjetunionen. Foto: Adam Iltse

- Men programmet var lite väl späckat ibland, tycker Kenny.

- Vi hade t ex blivit lovade att få shoppa i Moskva på hemresan. Men vi fick bara tio minuter på oss att springa in i ett varuhus och göra oss av med de rubel vi växlut in.

- I den lilla stad vi bodde i på Krim fanns det inte heller något att köpa. Så vi blev utan

tasin eftersom kartorna vi sprang efter inte var så bra och så detaljerade som i Sverige. Dessutom fick vi ju prova att springa i en terräng vi inte är vana vid, berättar Magnus.

De sovjetiska värderarna hade ordnat ett mycket intensivt program. Det blev en hel del sightseeing. Bl a fick svenskarna se en grötstad på Krim och bada i Svarta havet.

□ Fantasi

Magnus och Kenny tycker att resan till Sovjetunionen på flera sätt var mycket lärorik.

- Rent orienteringsmässigt fick vi lära oss att använda fan-

souvenirer när vi reste hem, säger Magnus som kort efter hemkomsten deltog i tio-mila

Magnus tävlade i SOK Viljans andra lag. Aven Kenny skulle ha varit med. Men han drabbades, liksom många andra som turstar i främmande länder av magstjuka och kunde alltså inte ståla upp

LEIF LUNDQVIST

Då är det åter dax att sammanfatta en vårsäsong och de aktiviteter vi på ungdomssidan genomfört. Årets vårsäsong har ju präglats av ett fantastiskt fint Ol-väder. Detta har bl a medfört mycket stort och jämnt deltagande på ungdomsträningen.

Vårens aktiviteter startade med vårens zonläger i Hultsfred, där undertecknad tillsammans med ca 20 ungdomar deltog i ett mycket bra arrangerat läger vid den förnämliga friluftss- och fritidsanläggningen HAGADAL. Som ungdomsledare har jag en dröm att om några år kunna besöka motsvarande anläggning vid HAVSLÄTT. Detta vore något att satsa på för vår kommun!

... Så åter till verkligheten. Ovanstående lär väl förbli en dröm! Redan i Hultsfred förstod jag att våren skulle bli något extra, när jag såg resultaten från olika träningsaktiviteter.

Det är inte min avsikt att här redovisa ungdomarnas resultat under våren. Dem kan Du studera på annan plats i tidningen. Titta speciellt på resultaten vid Per & Kersti Cup i Värnamo, som är Sydsvriges största ungdomsorientering. Förutom segern i budkaveln och många fina individuella resultat kunde jag konstatera att Viljan totalt blev 11:e klubb vid summeringen av poäng, trots att vi inte satsade på att delta med många ungdomar.

Andra aktiviteter under våren har varit ungdomskaveln i Mariannelund som dominerades av Viljan. Vårens stora satsning var dock dalaresan som blivit tradition. Du hittar en speciell reseskildring på annan plats i tidningen. I egenskap av ungdomsledare vill jag mer betona vikten av den sociala samvaro och den betydelse den här typen av resor har för att skapa gemenskap och kamratskap mellan ungdomar och ledare.

Dessutom är våra äldre ungdomar mycket goda föredomen för våra yngsta ungdomar. Detta bidrar till en positiv utveckling och fastnar i sam "Viljananda" såväl i tävlingsskogen som utanför.

Våra läger och resor är den ena förklaringen till den mycket positiva utvecklingen, den andra är den genuina tekniktränning, som vi satsar hårt på på onsdagskvällar under vår och höst. Träningen genomförs i fem grupper enligt den väl beprövade trappstegsmetodiken, som vi faktiskt var före Orienteringsförbundet att utveckla.

Vårens träning har haft mellan 35-40 deltagare i stort vid alla tillfällen under april och maj. Det enda som oroar undertecknad är att det blivit svårare att få ledare i tillräcklig omfattning. Målet är fyra-fem ledare per grupp. Det är också oroande att vi tyvärr bara har en riktigt bra karta till träningen. De övriga kartorna är nu för gamla och stämmer för dåligt. Ungdomsträningen avslutades med dalaresan för de mer rutinerade samtidigt som nybörjarna hade lärt i stugan.

Några ord om hur ungdomarna utvecklats under våren. Vi har fått ett genombrott i H 10 genom Martin Andersson som i konkurrens med Dan Johansson får anses vara "vårens ungdomsorienterare" i Viljan. Det är inte bara Martin som visat framfötterna i H 10 utan här har också lillebror Rickard samt Daniel Fridhed gjort fina resultat. I klassen D 10 har Saida Lindahl utvecklats till en mycket säker orienterare. Bland H 12 har framförallt Andreas Carlsson och Gustav Johansson blivit duktiga A-orienterare. Bland H 14-gänget har våra 13-åringar nått förvånansvärt fina resultat. Glädjande är att de periodvis växlar att vara bäst, men sammandraget har Jan Johansson gått bäst med 5:e platsen på SSM som bäst.

Mattias.
inte var
Bakom d
och Nik
mycket

DM-KAV
beklac
bland
rade
bakom
Bergr
gått

De i
som
Pär
der
Gä
pr
bu
v

Mattias, Melker och Niklas har dock inte varit många minuter efter. Bakom dessa fyra har Dan Friberg och Niklas Gunnarsson utvecklats mycket positivt. **Vad månede bliva på DM-KAVELN?** Vi har under senare tid beklagat oss över dålig återväxt bland flickorna. I D 14 kvalificerade Agneta Nilsson till SSM, men bakom henne har Pia Jakobsson, Åsa Berggren och Maria Engström också gått starkt framåt.

De äldre ungdomarna har utvecklats som beräknat men ett extra plus för Pär Johansson som etablerat sig i den hårda H 16 A-klassen. Andreas Gabrielsson och Jonas Axelsson har presenterat väldigt fina lopp på budkavlar, men individuellt väntar vi på genombrotten.

SOMMARENS OCH HÖSTENS AKTIVITETER

Västervikslägret 11-15 juni är Melker Pettersson, Niklas Pettersson och Agneta Nilsson uttagna till.

Regionsläger för 14-åringar i Blekinge är Agneta Nilsson anmäld till.

Vänortsutbyte med Korsholm har klubben uttagit Ulrika Rindstig, Ulrika Berg, Johan Bennarsten och Peter Callegård. Som ledare medföljer Jerry Svensson.

Solskolan kommer att genomföras den 7-11 augusti vid Havslätt. Förra året deltog 19 elever. Målsättningen i år blir 25, varav vi planerar för kvalificerad teknikträning för de rutinerade och litet äldre ungdomarna. Undertecknad hoppas att ungdomar 16-20 år skall anmäla sig som ledare. Men även äldre som kan ge ett handtag är välkomna att hjälpa till. Kontakta Roland.

Den 11-12 augusti genomförs Ungdomens 10-mila i Skövde. Vi kommer med ett mycket starkt pojklag och på flicksidan blir det som förra året ett kombinerat lag med Ålem. Även flicklaget blir i år att räkna med.

Slutligen ett tack till alla som på ett eller annat sätt ställt upp för ungdomskommittén i vår målsättning att skapa en bra framtid för klubben.

UNGDOMSL EDAREN

PS

Du har väl köpt årets T-shirt för 30 kronor.

DS

ICA



Hej!
Värnighet och omtanke är en hjärtesak
för oss på matglada JÄTTEN.
pris och kvaliteten är självklarheter för oss.

Välkomna till
"MATAFFÄREN I CENTRUM"

*Mannell betjäning av kött och ett brett
sortiment av färdigkryddat för grillning.*

*Mannell betjäning av charkvaror,
sallader och ost.*

*Mannell betjäning av fisk och ett brett
sortiment av egna inläggningar.
Nybakat bröd i lösvalik från Norrstrands
bageri varje dag.*

*Stor fräsch Frukt-Grönt avdelning.
Alltid ett brett utbud av extrapris
varor och ständiga lågpriser.*

"Vår ambition är att vara stans bästa mataffär"

Öppettider: Måndag-Fredag 9-19 Lördag 8.30-17

Jätten

P

BEHÅLLNINGEN
P-PLATSER
UNDER TAK!

ICA MITT I OSKARSHAMN - 0421 81520



Jan Johansson

- NAMN:
Jan Johansson
- SMEKNAMN:
Janne
- FÖDD:
1976-08-12
- SKOLA:
Kikebo klass 6 D
- FRITIDSINTRESSEN:
Orientering och friluftsliv
- FAMILJ:
Mamma Eva-Britt, Pappa Bernt och storebror Pär
- SENAST LÄSTA BOK:
Jack och Pront
- BÄSTA FILM:
Sällskapsresan II
- TÄVLINGSMERITER:
1:a DM-kaveln -88, SSM 5:a 1989,
Pär & Kersti Cup 1:a budkavel -89
- BÄSTA LOPP:
3:a Jämjö och SSM 1989
- SÄMSTA LOPP:
IF VERDA 1988, 55 min på 3,1 km
- FAVORITMAT:
Morsans hackebiff
- TRÄNINGSPASS:
2-4/vecka
- IDOL:
Har ingen
- FAVORITLÅT:
Örup, MB
- FRAMTIDSDRÖM:
Världsmästare i orientering
- FLICKVÄN:
Ingen för närvarande

ANNONS

WANTED

Ungdomsledare till höstterminen
7 - 11 augusti.

Förmåner kan Du räkna med.

Kontakta Roland, telefon 180 86
snarast!

Ungdomsledare till höstens ungdoms-
träning.

Förmåner i form av uppskattning och
fint kamratskap.

Kontakta Roland, telefon 180 86
före 1/8.

UNGDOMSKOMMITTEEN



Cykeltrim 15/5 - 7/10
Ut och trampa!

RESULTATBÖRSEN

89-03-25 RONNEBY OK BUDKAVLE

ÖPPEN KLASS	SOK VII JAN
H20	3 SOK VII JAN lag 1
	25 SOK VII JAN lag 2
Prop	SOK VII JAN

89-03-26 OK ORION, JÄMJÖ

H20E	6	Andreas Nilsson
H45A	1	Jan-Erik Nilsson
H35A	1	Göran Svensson
	3	Leif Carlsson
H20A	3	Magnus Strand
H16B	3	Andreas Gabrielsson
H14A	3	Jan Johansson
H12B	4	Andreas Carlsson
D60A	3	Sonja Svenson
D35B	4	Agneta Carlsson
D21B	4	Anne Svenson
D20A	1	Annica Gabrielsson
H18A	6	Mattias Lundmark

89-04-01 OK SKOGSFALKEN, SVÄNGSTA

H20A	3	Magnus Strand
H14A	5	Jan Johansson
	9	Mattias Hansson
	12	Melker Pettersson
	15	Niklas Pettersson
D14A	9	Agneta Nilsson

89-04-02 OK SKOGSFALKEN, SVÄNGSTA

H45A	4	Jan-Erik Nilsson
H14A	9	Mattias Hansson
	10	Niklas Pettersson
	12	Jan Johansson
	13	Melker Pettersson

89-04-09 NYBRO OK

H20E	3	Våge Rindstig
	6	Ola Lövgren
H70A	6	Arvid Kalén
H55A	3	Arne Karlsson
H55B	4	Rune Lord
H50B	3	Sylve Rindstig
H45A	6	Jan-Erik Nilsson
H35A	4	Stefan Carlsson
	8	Leif Carlsson
	10	Håkan Johansson
	11	Lennart Kalén
H21A	1	Göran Svenson
	7	Sten Gunnarsson
H20A	1	Magnus Strand
H16B	7	Magnus Johansson
H14A	5	Jan Johansson

H14A	7	Mattias Hansson
	9	Melker Pettersson
		Niklas Pettersson
H12B	3	Gustav Johansson
D65A	2	Sonja Svenson
D21B	1	Anne Svenson
D20A	1	Maria Nilsson
D20B	1	Teresa Hallström
D14A	4	Agneta Nilsson



Göran Svensson - 1:a H21A i Nybro
o. 5:a SSM i H35 bl.a.

89-04-14 ALVESTA SOK NATTBUDKAVLE

Herrar	
	16 SOK Viljan lag 1
	26 SOK Viljan lag 3
	31 SOK Viljan lag 2

89-04-15 PER o KERSTI CUP, VÄRNAMO

H16A	10	Jonas Axelsson
H14A	7	Mattias Hansson
	11	Jan Johansson
	13	Niklas Pettersson
	15	Melker Pettersson
H14B	4	Dan Friberg
H10	2	Martin Andersson
D14A	7	Agneta Nilsson

89-04-16 PER o KERSTI CUP, VÄRNAMO

- H14 1 SOK Viljan lag 1
- H16 14 SOK Viljan
- Prop 21 SOK Viljan

89-04-16 OKN LAMMHULT

- H21B 1 Kent Krawe
- D65A 1 Sonja Svenson
- D20A 2 Annica Gabrielsson
- D20B 2 Teresa Hallström
- H35A 4 Stefan Carlsson
- 5 Karl-Evert Annegård

89-04-22-23 7-MANNAKAVLEN ÅSEDA

- Herrar
- 43 SOK Viljan lag 1
 - 60 SOK Viljan lag 3
- Damer
- 63 SOK Viljan
 - Prop 8 SOK Viljan

89-04-23 VÄXJÖ, OK

- H55A 5 Arne Karlsson
- H14A 3 Mathias Hansson
- 9 Melker Pettersson
- 13 Niklas Pettersson
- H10A 1 Martin Andersson
- 15 Rickard Andersson
- D65A 1 Sonja Svenson
- D14A 11 Agneta Nilsson



Sonja Svensson - alltid i topp

89-04-29 SSM, OK VILSE 87

- H20 3 Våge Rindstig
- H35 5 Göran Svensson
- 13 Lennart Kalén
- H14 5 Jan Johansson
- 17 Melker Pettersson
- 22 Mathias Hansson
- 28 Niklas Pettersson
- D14 30 Agneta Nilsson



Våge Rindstig - 3:a på SSM

89-05-01 OK EKEN ÅTVIDABERG

- H20E 1 Våge Rindstig
- 2 Ola Lövgren
- 4 Robert Engström
- H45A 2 Jan-Erik Nilsson
- H10 4 Martin Andersson
- D65A 2 Sonja Svenson

89-05-04 EKSJÖ SOK

- H20E 4 Våge Rindstig
- 6 Andreas Nilsson
- H35A 1 Göran Svenson
- 2 Lennart Kalén
- H21B 2 Kent Krawe
- H20A 1 Magnus Strand
- H14A 3 Mattias Hansson
- 4 Jan Johansson
- H12B 8 Andreas Carlsson
- D65A 1 Sonja Svenson
- D20A 3 Annica Gabrielsson

RESULTATBÖRSEN

89-05-06 HÄSSLBY SOK UNGDOMSKAVLE

Klass A	4	SOK Viljan
Klass B	1	SOK Viljan lag 1
	3	SOK Viljan lag 2
	10	SOK Viljan lag 3



Sträcksegrare allihop i Hässleby's ungdomskavle

89-05-06-07 TIOMILAKAVLEN, VAXHOLM

Herrar	132	SOK Viljan lag 1
ca	370	SOK Viljan lag 2
Damer	318	SOK Viljan

89-05-07 SKILLINGARYDS FK

H14A 3 Melker Pettersson

89-05-19 OK SKOGSMÅRDARNA MALUNG

Kortdistans

H20E	6	Ola Lövgren
H35A	3	Göran Svenson
H20A	5	Robert Engström
H18A	5	Mattias Lundmark
H18B	2	Peter Callegård
H16A	9	Magnus Johansson

H14A	8	Niklas Pettersson
	9	Melker Pettersson
H14B	8	Dan Friberg
	9	Niklas Gunnarsson
H12A	3	Gustav Johansson
	4	Andreas Carlsson
	7	Björn Lönnberg
H10A	7	Rickard Andersson
	8	Daniel Fridhed
	10	Martin Andersson
D14A	9	Agneta Nilsson
D14B	2	Åsa Berggren
D10A	2	Saida Lindahl
Direkt1	1	Conny Lindahl

89-05-20 OK SKOGSMÅRDARNA MALUNG

H35A	4	Göran Svenson
H20A	19	Våge Lindstig
H14A	18	Jan Johansson
H10A	3	Martin Andersson
D14B	9	Åsa Berggren
N2	10	Björn Lönnberg
	11	Maria Engström
Direkt3	2	Conny Lindahl

89-05-21 LEKSANDS OK LILLA SILJANSKAVLEN

H20	16	SOK Viljan
H16	24	SOK Viljan lag 1
	47	SOK Viljan lag 2
HD12	34	SOK Viljan
Direkt1	1	Åsa Berggren
Direkt2	2	Dan Friberg

Så var det dags för dalaresan igen. Det kom ett som vanligt rätt sömnigt gäng till IP och alla hoppades på en del framgångar. Hade man inte själv varit med i gänget så skulle man väl ha trott att det var en samling luffare. Till slut kom vi i väg. Resan gick bra för de flesta. Väl uppe i Malung inkvarterade vi oss i Blomsterbäcksskolan (i den minsta gymnastiksal jag någonsin sett), som tur var låg inte alla i gymnastiksalen. Uppladdningen till fredagens tävling var väl inte så otroligt bra efter 8 timmar i bussen, men det blev ändå en del fina resultat. Den bästa placeringen tog Saida, som blev 2:a i D 10 A. resten av kvällen blev väl inte allt för lugn, men vi kom i säng till slut (lite för sent förstås). Trots stort deltagarantal, blev det en del bra placeringar på lördagen. Bäst lyckades Martin, som blev 3:a i klassen H 10 A. Kvällen tillbringade en del ute på stan och andra låg i skolan och slöade. Även den kvällen fick ett försenat godnatt. Å så kom söndagen med lilla Siljankaveln som final på resan. Den gick vid Siljansnäs. Viljan ställde upp med 4 lag, två lag i H 16 och ett lag i vardera HD 12 och H 20. H 20-laget tog den bästa placeringen och kom på 16:e plats i konkurrens med över 100 lag. Även dom två H 16-lagen och HD 12-laget gjorde bra prestationer. HD 12-laget hade otur. Deras sista sträcka som Andreas sprang mycket bra blev struken i efterhand (en arrangörsmis). Detta orsakade ett fall från 19:e till en 34:e plats. Även på direktbanorna gick det bra, Åsa vann direktbana 1, Dan blev 2:a på direktbana 2. Hemresan blev inte så lugn som man trodde att den skulle bli. H 12-gänget såg till att ingen fick en lugn stund, men hem kom vi i alla fall.

Jan



Viljans duktiga H 12-lag

Dopingfri idrott

“Doping är fusk. Allt bruk av dopingmedel är oacceptabelt. Inget idrottsresultat är så värdefullt att bruk av dopingmedel kan försvaras”.

Idrottsrörelsens inställning till doping är klar. Därför för idrotten en intensiv kamp mot doping genom information, utbildning och kontroller.

Doping är förbjudet enl. RF:s stadgar (se nedan Kap 15.)

Dopingfria lokaler och anläggningar

Smålandskommunerna stöder idrottens kamp mot doping. Vi tar avstånd från användandet av dopingpreparat och vill verka för dopingfria lokaler och anläggningar.

Vi förutsätter att de som utnyttjar kommunens lokaler och anläggningar vare sig själva använder eller förser andra med dopingmedel.

Vi vill dessutom uppmana alla ledare att informera ungdomar, och även andra aktiva inom idrotten, om det olämpliga och osportsliga med doping.

Brott mot idrottens dopingregler bestraffas enl. 14 kap. RF:s stadgar, vilket kan innebära avstängning från all idrottslig verksamhet i max. 2 år.

Kap 15. RF:s dopingregler

100§

Doping

Doping i samband med idrottsutövning är förbjudet.

Med doping menas bruk av medel eller användande av metoder som, enligt av Internationella Olympiska Kommittén (IOK) vid varje tidpunkt beslutade bestämmelser eller som därutöver enligt vederbörande specialidrotts internationella förbunds gällande regler, anses vara doping.

Idrottsutövare som gör sig skyldig till doping, liksom annan inom idrottsrörelsen verksam person som är idrottsutövare behjälplig med doping eller som förser idrottsutövare med dopingmedel, kan bestraffas enligt 14 kap RF:s stadgar.

Djur som används av idrottsutövare i idrottstävling räknas i dessa avseenden som en del av idrottsutövaren.

101§

Dopingkontroll

Idrottsutövare är skyldig att underkasta sig dopingkontroll i den ordning som nedan sägs.

Dopingkontroll får genomföras såväl inom Sverige som utomlands vid nationell tävling, internationell tävling eller i samband med träning.

Idrottsutövare kan även vid annat tillfälle inkallas till dopingkontroll.

Idrottsutövare som underlåter att inställa sig till beordrad dopingkontroll eller som genom medel och/eller metod försöker dölja bruk av dopingmedel eller på annat sätt försvårar dopingtest kan bestraffas härför enligt 14 kap RF:s stadgar.

En av RS utsedd dopingkommission handhar den löpande handläggningen av dopingärenden.

Dopingkommissionen fastställer de föreskrifter som skall gälla för genomförande av dopingkontroll. Föreskrifterna skall tillförsäkra idrottsutövaren motsvarande rättigheter som anges i Europarådets Antidoping Charter.

10-milakavlen Bogesund 890506-07

Damer

	Vx	Eft	Tid	Banl
1. Annica	242	8	51	7,0 d
2. Malin	309	22	57	7,0 d
3. Maria	307	38	52	5,5 d
4. Ulrika	298	55	53	5,5 d
5. Lena	318	77	79	8,3 d

Herrar lag 1

1. Ola	255	8	84	13,2 sk
2. Andreas	248	22	101	13,2 n
3. Sten	248	37	83	10,2 n
4. Lennart	205	39	76	10,2 n
5. Stefan O	191	40	113	15,9 n
6. Jan-Erik	173	54	81	10,4 gr
7. Stefan C	172	68	76	10,4 d
8. Peter L	159	74	52	8,2 d
9. Våge	153	89	56	8,2 d
10. Göran	132	108	105	15,7 d

Herrar lag 2

1. Kent K	360	16	92	13,2 sk
2. Håkan	387	45	116	13,2 n
3. Stefan P	432	95	108	10,2 n
4. Patrik	398	103	92	10,2 n
5. Robert	395	118	127	15,9 n-g
6. Stefan E	392	143	92	10,4 d
7. Magnus St	401	181	100	10,4 d
8. Magnus P	378	192	57	8,2 d
9. Mattias L	375	218	67	8,2 d
10. Hasse c:a	370	262	132	15,7 d

Ovanstående siffror talar i stort sett för sig själva. Men det kanske ändå fordras en del kommentarer och annan information omkring årets 10-milabudkavle. Vi som var med på samma målplats redan 1971 hade förstås berättat många hemska episoder från "sällskapsresan" på Bogesund då den sista hängkavlen avgjordes. Det var verkligen en enda lång rad av löpare genom hela tävlingen. Vi tog vår bästa placering någonsin (hittills), 64:a bara 15 minuter efter täten. Det var dock ingen risk att det skulle bli likadant i år även om terrängen var lika snabbsprungen och fin som då. Gafflingen är effektiv och dessutom hade herrarna rätt redan på str 2, vilket medförde ännu mera spridning. Banorna var i snitt kortare i år, vilket gjorde att vi kunde prova en del yngre löpare i hetluften.

Damerna höjde tävlingsstämningen eftermiddagen genom att göra jämna och fina lopp alla fem. Annica gjorde det vassaste loppet då hon bara var 8 minuter efter täten på förs sträckan.

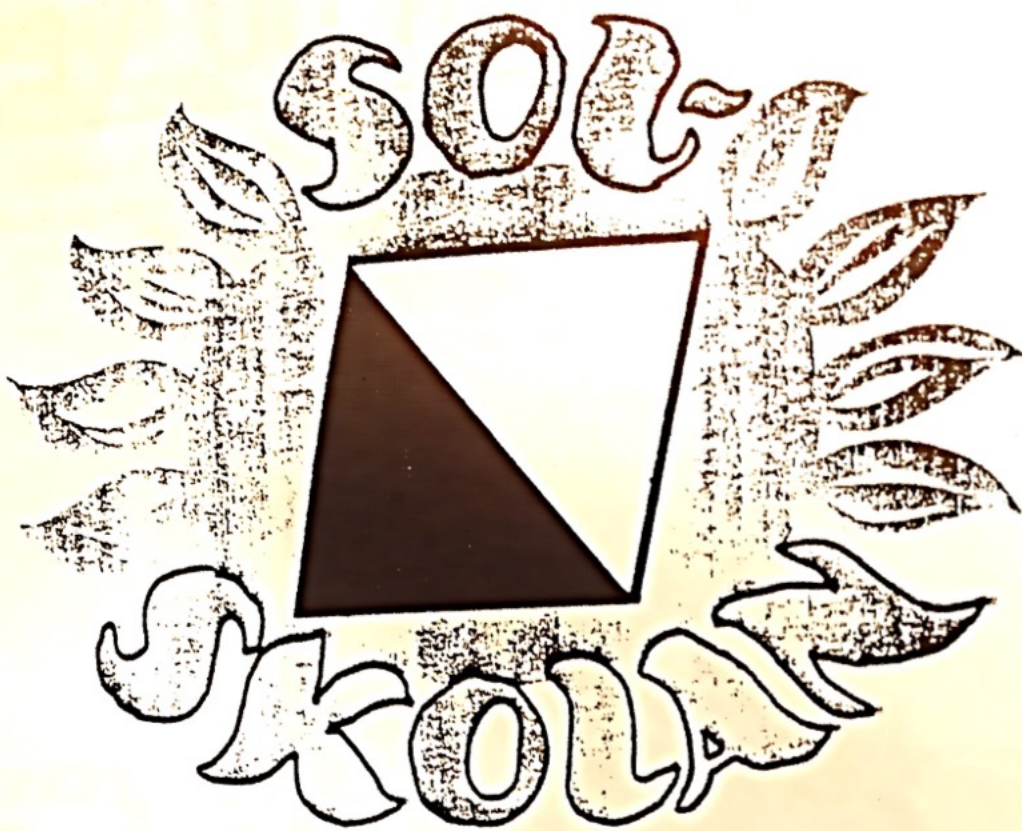
Herrarnas förstalag kom i mål som 132:a, dvs ungefär som i fjol. Glädjande var den uppåtgående trend som höll i sig hela tävlingen utan några djupdykningar eller plattlopp. Olas fina lopp på första sträckan (8 minuter efter) bugar vi oss för, en säker startman vi har i Ola. Lennart och Stefan O förtjänar också ett omnämmande, då de bara tappade 2 resp 1 min på täten. Peter Lind gjorde en bra debut på 8:e, 52 min på 8,2 km.

I lag 2, som kom i mål ungefär som 370:e bland 500 lag, imponerades vi av Kent Krawe på 1:a sträckan (första gången med pannlampa!). Även lag 2 sprang jämnt utan plattlopp, vilket betyder mycket för resultatet. Magnus Pettersson och Mattias Lundmark debuterade fint på str 8 o 9. Slutligen vill vi som sprang framföra ett stort och hjärtligt tack till alla som var med och stöttade oss och hjälpte till, med Mille kock och Conny i spetsen.

Göran Svenson



Ulrika Rindstig - bra debutlopp i både 7-manna o. 2-mila



ORIENTERINGSSKOLAN

FÖR ALLA UNGDOMAR 9 - 13 ÅR

TID: 7-11 aug kl 10.00- 1400

PLATS: Motionsgården Havslätt

Vi kommer att lära oss grunderna i orientering
leka, spela bollspel och om vädret tillåter
bada.

AVGIFT: 150 kr för hela veckan och då ingår
enklare lunch varje dag.

UPPLYSNINGAR/ANMÄLAN: per telefon 18086, Roland,
senast 30 juni.

VÄLKOMMEN!

SOK Viljan

DET HÄR BÖR DU VETA

ORIENTERINGSSKOLAN

FÖR ALLA UNGDOMAR 9 - 13 ÅR

TID: 7 - 11 augusti kl. 10.00 - 14.00

PLATS: Motionsgården Havslätt

Vi kommer att lära oss grunderna i orientering, leka, spela bollspel och om vädret tillåter bada.

AVGIFT: 150 kr för hela veckan och då ingår enklare lunch varje dag.

UPPLYSNING/ANMÄLAN: Per telefon 180 86, Roland, senast den 30 juni.

VÄL KOMMEN!

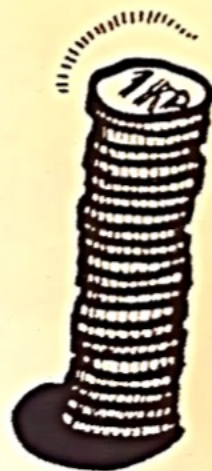
SOK VILJAN

BETALNING AV VÅRENS STARTAVGIFTER

Inom kort kommer vårens överraskning i form av en räkning på de anmälningsavgifter som beslöts om på årsmötet. Under våren har alla anmälningar bokförts så man kan se hur många tävlingar var och en varit anmäld till. Detta blir nu underlag för de räkningar som sänds ut i början av juni.

Tillsammans med räkningen följer ett inbetalningskort på postgiro för den summan ni skall betala. I familjer där flera skall betala är samtliga avgifter sammanslagna till ett inbetalningskort. Om ni avänder annat betalningssätt måste ni ange de nummer som finns angivna på meddelande-delen av talongen. Dessa är till för att Birgitta skall kunna pricka av de som betalt. Avgifterna skall betalas senast den 28 juni på SOK VILJANS postgiro 28 06 79-2.

OL-SEKT/Tävl.komm.



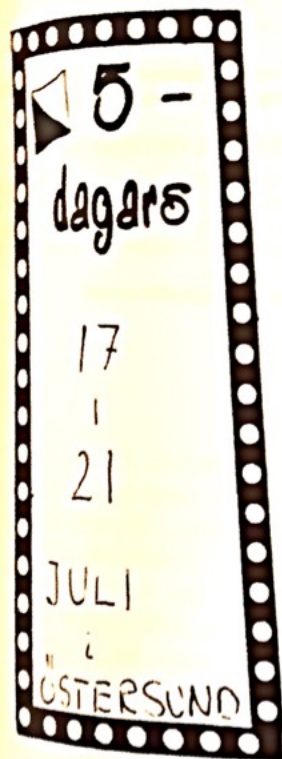


Foto: ROLF SÖDERBERG

• Rent ut sagt, det handlar om skövlingen när orienteringsdrevet går i skog och mark, menar insändare.

Här väller vandalerna fram

■ Av en händelse satt jag och slöttittade på TV häromkvällen och fick se bilder från 10-milaorienteringen.

Där rusade skock på skock fram genom skogen i jakten på skärmar och att få komma först.

Nu är min fråga till alla inblandade? Varför i allsin dar tillåts en sådan jättetävling på årets känsligaste tid?

Vi har förmånen att äga ett stycke mark och rör oss där på "filt-sulor" eftersom vi vet om alla fågelbon som byggs, inte enbart i

träd utan även på mark och tuvor, för att inte tala om älg och rådjursungar som nu ser dagens ljus.

Vi skall ju alla värda vår natur... Regnskogar i all ära, men lika viktigt är att börja småskaligt.

Lägg alla skogstäv-

lingar efter augusti. Jag såg då ingen som stannade upp och njöt av vår underbara vår så för de tävlande kan det inte spela någon större roll.

Detta ger verkligen skadegörelse i ordets rätta bemärkelse!!!

Gunvor Nilsson



KARTPROMENAD?

i bostadsområde



ETAPP 1 TULLUS:

Banorna går i skogsmark med ett mindre antal vägar och stigar. Karaktäristiskt för området är den småkulliga terrängen. Ett antal större eller mindre sankpartier och sjöar förekommer. Man kan även hitta partier med tät sumpskogsområden.
Framkomligheten är god.

ETAPP 2 ÖSTERÅSEN:

Etappen består av dels längre banor i småkullig detaljrik skogsmark med stort inslag av naturliga gropar, dels av kortare banor i omväxlande skogsmark och kulturmark. Genom området rinner ett större vattendrag.
Framkomligheten är god.

ETAPP 3 FANBYN:

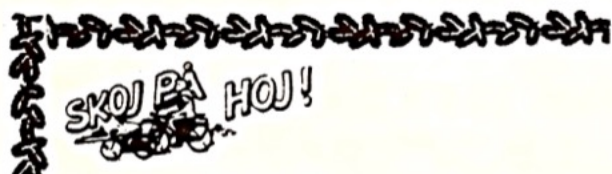
Etappen består av dels längre banor i skogsmark med ett fåtal stigar och vägar. Terrängen är kraftigt kuperad med stora höjdparter och delvis branta och detaljrika sluttningar. Dels kortare banor i kulturmark med mindre del skogsmark. Vegetationen är i huvudsak blandad barrskog.
Framkomligheten är god.

ETAPP 4 STUGUN:

Etappen består dels av längre banor i starkt kuperad skogsmark och dels av kortare banor i måttligt kuperad skogsmark med inslag av stigar. Terrängen innehåller ett antal större höjdparter med detaljrika sluttningar.
Framkomligheten är god med viss begränsning på tät skog och hyggen.

ETAPP 5 ÖSTERSUND:

Etappen består dels av längre banor i skogsmark med ett fåtal större höjdparter. Dels av kortare banor i omväxlande skogsmark och kulturmark. Etappområdet har ett rikt stig- och vägnät.
Framkomligheten är god.



Byatur med Cykel-Trim som ingår i klassikern.

Turen startade den 15 maj och fortsätter till den 1 oktober. Man använder i år generalstabens 50000-dels karta och 35 kontroller i form av plastskärmar finns utplacerade längs vägar och stigar uppåt Flins-hult, Skrikebo, Baggetorp o Sporrek.

I paketet finns också en intressant bygdebeskrivning. Kanske kan det hela användas till en flerdagstur med tältet på cykeln eller en halvdagstur då och då med en kaffekorg.

Den 1 juli börjar vi sälja paketen med Trim-OL som också håller på till 1 oktober. På nya kartan söder om Eckern finns 50 plastskärmar utplacerade en bit in i skogen. Lämpligt med en kvällstur med bilen till området samt en promenad eller löprunda.

Båda aktiviteterna ingår i Oskarshamnsklassikern.

Som vanligt kommer presentkort att utlottas på insända startkort. Dragningen görs på första tipspromenaden den 22 oktober, och motionskommittén önskar lycka till.

Kommittén satsar i år på ett kommunästerskap i tjejjogging den 1 juni, ett försök som vi hoppas ska slå väl ut. Kanhända får vi in resultatet innan Kampen nr. 2 går i tryck.

Motionskommittén.