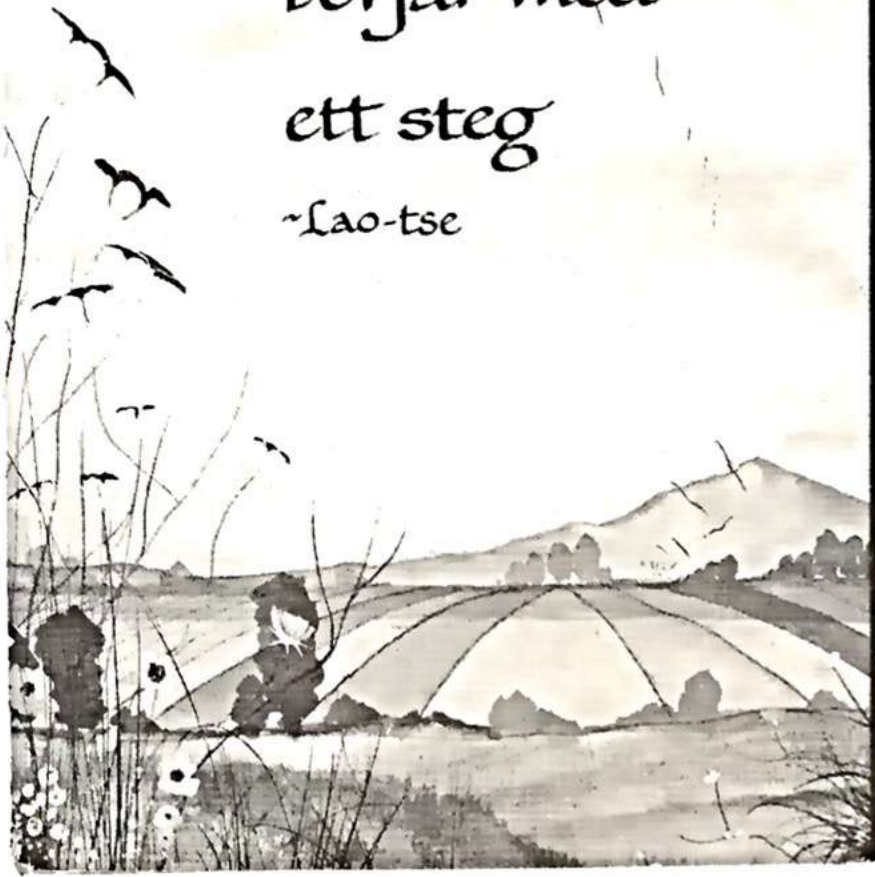


Även en  
tusenmilafärd  
börjar med  
ett steg  
-Lao-tse



SÅ ÄVEN KAMPEN

# TANKAR FRÅN EN NYBLIVEN



"Nya kvastar sopar bäst" heter det i ett ordspråk, som jag i detta fallet är lite tveksam till. På årsmötet fick NI som bekant en ny ordförande efter Bo Hasting. Bosse kommer dock inte att lägga av helt utan skall under det kommande året fungera som konsult åt mig, dvs vice ordf. Jag ser fram emot alla de varierande problem en ordf ställs inför. Nu hoppas jag dock att det inte skall bli så stora problem då Viljan har en bra inarbetad stab i de olika sektionerna och kommittéerna.

Under de kommande åren (beroende på hur länge ni vill ha mig till ordf) har VI en mängd trevliga uppgifter att ta oss an. Nu i år närmast har vi vår ol-helg i oktober med avslutningsläger för Ansvar-Cup och nationell tävling på söndagen. Ser vi ett helt år framåt för vi se vad ordförandeskiftet innebär för vintervädret och snötillgången. Vi har ju inte kört något 12-timmars eller elljuslopp på skidor på flera år. Blickar vi framåt i ett längre perspektiv har vi Skarlandskavlen 1993 som kräver en helhjärtad insats från samtliga inom klubben, och kanske även krafter utifrån. Inom klubben har vi ett antal frågor att ta itu med. Bl.a. hur vi skall ha det med Havslätt. Enligt beslut på årsmötet skall varje kommitté inlämna ett förslag till styrelsen senast 1 april. Därefter skall frågan tas upp på ett allmänt möte under april månad, för beslut och åtgärd inför nästa vinter. Som avslutning vill jag tacka för förtroendet och hoppas att VI ALLA skall hjälpas åt att föra fram SOK VILJANS färger till goda resultat i framtiden både i och utanför tävlingsbanorna.

J.S.



## ÅRSMÖTET

Tisdagen den 27 februari hölls årsmöte i klubbstugan. Att hålla årsmöte en tisdagskväll var ett nytt drag (förr har det ju alltid varit söndagseftermiddagar som har gällt) för att försöka dra mer folk till mötet. I år var ca 30 personer närvarande vid årsmötet.



Efter 10 år som klubbens ordförande hade Bo Hasting nu beslutat sig för att avgå. Som hans efterträdare valdes enhälligt Jerry Svensson. Att Jerry i samband med detta avgår som tävlingsledare medför en del följder för övriga funktionärsval. Ny tävlingsledare blir Milton Lövgren och Kenneth Borgemo tar Miltons gamla plats som OL-ledare.

Följder för funktionärsvalen i övrigt fick besluten om att Tävlingskommitté-OL och Träningskommitté-OL ska slås samman och i fortsättningen, helt logiskt, heta Tävlings- och Träningskommitté-OL. Tävlings- och Träningskommitté-skidor utgår helt. Detta gör även Damkommittén, men samtidigt utökas Stugkommittén med tre ledarmöter. Det är då tänkt att Stugkommittén ska överta Damkommitténs gamla arbetsuppgifter.

På förslag från styrelsen togs även beslut om att ett reselotteri, innehållande 2000 lotter à 20:- ska beställas. Försäljningen av dessa lotter ska börja så snart som möjligt och beräknas ge klubben en inkomst på 20 000:-.



Beträffande Havslättsgården togs beslut om att ett allmänt möte ska hållas, troligen i april, då man utifrån förslag från kommittéerna enbart ska diskutera denna fråga.

## ÅRSMÖTET

Den nye ordföranden, Jerry Svensson, informerade om att ett studiebesök på OKG kommer att anordnas för klubbens medlemmar onsdagen den 21 mars. Anmälningslistor finns uppsatta både i klubbstugan och i Havslättsgården. OKG ställer dock krav på att klädelsen vid detta besök ska vara de OKG-sponsrade vind- eller vinteroverallerna.



Styrelsen tog även under mötet tillfället att avtacka Bo Hasting, Milton Lövgren, Roland Nilsson och Rune Lord med blommor för fina arbetsinsatser på lämnade uppdrag.

Efter mötet följde traditionsenligt prisutdelning. Bla delades de nya priserna för bästa tävlingspoäng ut. Dessa kommer i fortsättningen att delas ut på nytt varje år och traditionen med vandringspris upphör alltså. Bästa tävlingspoäng hade Jan-Erik Nilsson och den dam som hade uppnått den högsta poängsumman var Sonja Svensson. I ungdomsklassen gick priset till Martin Andersson respektive Agneta Nilsson.

FUNKTIONÄRSVAL

Styrelse: Jerry Svensson (ordf), Bo Hasting, Karl-Erik Petersson, Kenneth Borgemo, Stefan Berg, Stefan Carlsson, Håkan Johansson, Bernt Berg och Birgitta Friberg (sittande)

OL-sektion: Kenneth Borgemo (ordf), Milton Lövgren, Sonja Svensson, Rodnie Hansson och Robert Engström

Skid-sektion: Stefan Berg (ordf), Bernt Berg, Börje Callegård, Ola Lövgren, Mårten Friberg och Roine Axelsson



PÅ VÄG UPP!



MERA FUNKTIONÄRSVAL

Ungdomskommitté: Leif Carlsson(samk), Roland Nilsson, Rodnie Hansson, Lars Pettersson, Andreas Gabrielsson, Maria Nilsson och Stefan Carlsson

Tävlings- och Träningskommitté-OL: Milton Lövgren(samk), Jan-Erik Nilsson, Robert Engström, Stefan Petersson, Magnus Strand, Våge Rindstig och Annica Gabrielsson

Bredd- och Motionskommitté (sommar): Sonja Svensson(samk), Anders Rotviker, Birger Svensson och Conny Lindahl



Bredd- och Motionskommitté (vinter): Börje Callegård(samk), Göran Gabrielsson och Bo Hasting

Skid-OL-kommitté: Ola Lövgren(samk), Våge Rindstig och Ulf Lundberg

Kart- och Markkommitté: Lennart Kalén(samk), Göran Svensson II, Stefan Olheden, Håkan Johansson och Patrik Nilsson

Kampenredaktion: Lennart Knutsson(samk), Jan Andersson, Stefan Carlsson, Leif Carlsson och Stefan Olheden



Stugkommitté: Sylve Rindstig(samk), Bo Hasting, Bernt Karlsson, Lennart Petersson, Göran Gabrielsson(materialansv), Birgit Nilsson, Lena Söderbom och Elisabeth Rindstig

Utbildningsansvarig: Lennart Knutsson

Statistikförare-OL: Jan-Erik Nilsson

Statistikförare-skidor: Lennart Petersson

Arkivarie: Rune Lord

Revisorer: Hans Törngren och Kent Petersson

Revisorssuppleanter: Tom Lindström och Gun Gabrielsson

Valberedning: Rune Lord och Jan Andersson



## TRÄNARRONDEN

När detta skrivs i mitten av februari är vi mitt uppe i den hårda grundträningsperioden. Det är nu grunden läggs för hela årets tävlingsresultat om man vill spetsa till det. Jag menar att får man ett par veckor eller en månads uppehåll p.g.a. skador, sjukdom eller att man är lat, så får man sota för det långt fram i höst. Nu har det ju varit en idealisk vinter för oss orienterare. Man kan springa i skogen på helgerna och kylan är heller inte besvärande. Men det finns en fara i det här också. Man kanske rent av tränar för mycket orientering på vintern, så att man blir less och tappar motivationen mot slutet av säsongen. Jag tror att man kan köra ett par tre OL-teknikpass på vintern, men inte så värst mycket mer. Däremot att springa i skogen kan man aldrig få för mycket av och man kan ju ha kartan med sig för kartkontaktens skull. Men finliret tror jag att man ska vänta med.



Snön lyser med sin frånvaro och eftersom nästan hela träningsgruppen anmält sig till Vasaloppet är jag just nu lite orolig. När detta läses vet vi facit: blev det några sträckningar och skador. Lite blåsor i vänderna är väl inte så farligt men det vore ju synd om OL-säsongen blev spolerad för en överansträngning i skidspåret. Det hade varit skillnad en normal vinter till goda träningsmöjligheter.

Åter till träningen, så vill jag propagera lite för pulsering i densamma. Dvs man stegrar sin träning i ett par tre veckor för att sedan gå ner i mängd (tid) markant nästa vecka. Det är ju vid vila som vi tillgodogör oss träningen. Samtidigt får musklerna, ev skador och även Psyket möjlighet att återhämta sig. Vi laddar om batterierna och blir sugna på nytt. Jag tror inte att man ska ha ett schema som man följer slaviskt dag för dag (det finns förstås individer som trivs så) utan det måste finnas möjlighet att improvisera lite. Känner man sig lite sliten kan man ju ta "viloveckan" då och köra lite hårdare när man är på hugget igen.



Även om man inte vill ta någon lågvecka, så tycker jag att man bör unna sig 2-3 dagars vila någon gång. Om man ändå "måste" göra något så kan man simma, cykla eller något annat för att variera sig.

Vad jag kan se av träningsprotokollen tränas det just nu mycket flitigt på alla håll och kanter. T.o.m. "för" flitigt ibland kanske. Ett intresset är på topp just nu syns bl.a. på anmälningarna till lägret i Asarun 16-18 mars. 20 personer varav 4 tjejer (glädjande) och 2 ledare har anmält sig och det tycker jag pekar på en klar ambitionshöjning i klubben.

Verksamheten kostar en del pengar och jag har i vinter försökt få in lite slanter via sponsorer till elitgruppens verksamhet, som ju kostar mest. Men även övriga aktiva får indirekt del av dessa pengar genom de aktiviteter som kommer till stånd. Just nu är det klart med 5 sponsorer: Press o Plåt, Rörbolaget, Byggnadsfirma Arne Andersson, Inges Golv och ytterligare någon. Jag har också haft kontakt med flera, som jag väntar svar från.

Vårsäsongen som nu stundar blir som vanligt kort och intensiv. Elitgruppens tävlingsplanering kan ni se på annan plats i Kampen. Jag ska här bara nämna de viktigaste tävlingarna, näst efter Skogssport Cup som ett par av grabbarne ännu springa. 7-manna i Oskarström blir vårens första pudkavle av större kaliber. På april är det SSM i Växjö och 5-6 maj går 10-mile utanför Norrtälje med ny spännande uppläggning (se annan artikel). Vårutflykten blir troligen liksom i fjol till Dalarna. Korsnäs IF har juniorcup 19 maj och dagen efter är det Kopparkavlen i Falun även med ungdomsklasser.

Avslutningsvis får jag tyvärr konstatera att det inte blir något mer nyförvärv i vår. Ulf Rindstig kommer att springa för Tierp, dit han flyttar i sommar. Tor Marntell fortsätter i Oriondressen åtminstone över vårsäsongen. Men jag tycker ändå vi är väl rustade för en kanonsäsong.

Göran Svenson

### UNGDOMSKOMMITTÉN



Ungdomsträningen startar Onsdagen den 4 April i Viljans Stuga. Vi startar med fika och prisutdelning samt uppdelning av ungdomarna i olika grupper. Nybörjare välkomna.

### SYLVESTERLOPPET

Den årliga löpningen runt Ekkern lockade 26 deltagare. På långa banan fick i år Göran ge sig för Ola, som visade god form med tiden 60,13. Bäst bland dom 17 på korta banan var Conny Rothsten på den utmärkta tiden 37,40.



## TÄVLINGSKOMMITTÉN

### Tävlingsplanering för SOK Viljans elitgrupp våren 1990

16-18 mars	Träningsläger Karlshamn
24 mars	Lessebo OK B
25 mars	Ronneby OK budkavle
31 mars	OK Skogsfalken A
1 april	OK Skogsfalken A
8 april	Nybro OK A
12 april	Alvesta SOK nattbudkavle
14 april	IK Hakarpspojarna A
15 april	Stigmännen, Karlshamn J-cup
16 april	Eksjö SOK A
21 april	Gotlands Bro OK J-cup
21-22 april	Oskarström/Halmstad 7-manna
28 april	Växjö OK SSM
29 april	Växjö OK A
1 maj	OK Eken Ätvidaberg A
5-6 maj	10-mila Norrtälje
19 maj	Korsnäs IF J-cup
20 maj	OK Kåre Falun Kopparkavlen

### SOK Viljans förslag på Havslätts motionsområde

Sok Viljans nye ordförande Jerry Svensson har under 1989 gjort ett mycket fint och omfattande förslag på spårsystem i Havslätt. Detta har tagits av kommunen och skidsektionen håller för fullt på att hugga och bana väg enligt förslaget.

Enligt förslaget sker en utbyggnad av ett 10 km långt spår. Detta ger förutom det befintliga elljusspåret på 2,5 km även ett på 3,7 km med varvning nere vid motionsgården. Vidare blir det 3 längre spår på 4,8km, 8,1 samt 10 km.

GRATTIS!  
KENT  
KATARINA  
10  
1989-2001

NYHET



Jag finns i stugan,  
stoppa tävlingsbidrag,  
roliga historier eller  
det du vill ska komma i  
kampen.



## SURDEGEN

Detta trettondags-arrangemang har etablerats som en attraktiv tradition. En tradition, vars mening är att i hårt pass knåda kroppen, efter allt stillasittande och ätande under jul- och nyårsdagarna. Årets evenemang blev dock inte så sunt som vissa tidigare år. Med den milda och snöfattiga vintern blev det en tämligen ordinär resa genom den förhållandevis torra terrängen.

Inbjudare till evenemanget var, som traditionen bjuder, föregående års segrare, Jerry Svensson, som kallat till samling vid Havslätts parkering. Där vid Jerrys röda SAAB, samlades ett flertal löpsugna vårystra orienterare.

Tävlingsledaren föreslog PM, 2 banor den långa 12 km och den kortare 7,9 km, start småbåtshamnen Saltvik, gemensam avfärd på tävlingsledarens anmodan, dock först gällde att vara och en anmälde sig till respektive bana.

Fördelning på bilar för utfärd, vilket fungerade bra, tack vare medföljande supportrar.

Uppställning i startgrupper, långa banan med 11 deltagare och den korta banan med inte mindre än 29, totalt 40 deltagare - mycket bra, tror faktiskt att det är rekord.



Så gick starten - de långspringande mot NO med 3 enskilda kontroller - korta banans sträckning rakt mot N, med 1 enskild kontroll. Därefter gick banorna samman, - kontroll sänka - långa banans 4e kontroll och korta banans 2a kontroll.

Själv - jag, undertecknad - dock något för långt, varför jag fick ett besvärligare terrängparti mellan vägen och kontrollen, än de fick, som vikit tidigare. En mindre svärm runt kontrollskärmen med kamp om stämpelklämman. Det är lite av 10-mila, men samband med idel klubbkompisar blir det lite snällare, de riktigt framfusiga och fräcka tilltagen, som i 10-mila, får stå tillbaka och tur är väl det.





SURDEGEN  
FORTSÄTTER

Så drog vi iväg mot andra kontrollen - vilket härligt terrängparti - efter att vi passerat kraftledningen hade "tåget" till viss del formaterats. Vi drog oss lite snett söder ut och kunde se byggnaderna vid Nymålen. Här såg jag Hasse Svensson, som gick något till vänster om mig. Jag fortsatte upp mot inägan i riktning NV, tillsammans med Stefan P. Vi var helt säkra på vår position, upp i sänkan - men i helsike heller - sedan ut, där hittade vi bara Stefan C - nej!  
- Tillbaka, samma första sänka och hela övriga tåget - helvete!  
- Söder ut - Där!



Här var jag säker på att Hasse var före, jag trodde att han hade varit smartare.

Söderut mot väg. Vägen ner mot Glabovägen och välkommen vätskekontroll. Jerry och Manfred bjöd på varm saft - från bardisken på SAAB:en - gott och välgörande. Jag frågade, hur långt före är Hasse?

Vi är först!  
Då hade han tydligen missat 2an.

Dubbelt stärkta, över åkern och en förrädiskt hal träbro över Skallarebäck, vilken förorsakade många skallrande skelettdelar. Uppför liden, in i skogen mot kontroll nr 3, en höjd. Stefan C först, jag, Mille och hela "tåget", dock tycktes Mille ha slagit sig.

Plötsligt var vi samman, Stefan C, jag och Lasse P, genom en sankmark fram mot höjden - där! skärmen! alldeles bakom oss. Snabb stämpling, ner på andra sidan om höjden för att inte röja oss, vilket vi hade gjort om vi fortsatt i höjdens förlängning. Över 66an och vi såg ingen bakom oss, vi valde vägen ner mot Gränerum, istället för att gå runt över Hökenäs.

Avstick västerut från Gränerumsvägen, men nu blev det nonchalant i överkant, trodde att vi kände igen oss. Lasse var beredd att stanna tidigare - den nyttillkomna vägen finns ju inte med på kartan, men han lät sig övertalas. Vi letade efter höjden, den 4e kontrollen, ca 500 m för långt norrut. Snabbt beslut - stigen mot väster, ut till bakomliggande väg - har blev vi lite säkrare, vägen ner mot Togöl, över sankmarken och upp längs höjden.

Stämpling! Nu måste vi ha blivit omsprungna!



## SURDEGEN

Kanske inte? Borde det då inte ha varit någon i närheten? Ut på vägen ner mot gamla skidspåret.

Här var frågan, är vi först? Ska du Stefan, lägga nästa år igen? Nej tack! Har lagt 2 gånger tidigare.

Ner mot masten, stigen och in på 2,5 km spåret, där vek jag söder, Lasse efter och Stefan C drygade ut steget och fortsatte spåret mot målet vid Viljans stuga, där Jerry återigen nyttjat sin SAAB, denna gång som mål.

Vi var faktiskt först i mål, hade tillskansat oss några minuters försprång och snart kom de andra i gruppen om två och tre.

Denna Sur-deg bör dock tre deltagare framhållas. Andreas Nilsson, som segrade på den långa banan med tiden 80 min 10 sek, 7,15 före Zan Tor Martell. Dessutom Sonja och Birger Svensson, som fullföljde den korta banans 7,9 km, mycket starkt gjort, med tanke på att det är dubbla längden i förhållande till vad de ?? på vanliga tävlingar. Bra gjort!

Som genom min seger på korta banan, jag äger rätten att arrangera Sur-degen 1991-, äger jag dock rätten att sammanfatta årets Sur-deg och uttrycker härmed allas vårt tack till Jerry. Bra gjort! Och hälsar jag Eder välkomna till nästa års Sur-deg.

Vid pennan Göran II

### Rapport från Vätskekontrollen

Förlåt Våge, undertecknad kom av sig i räkningen av förbipasserande löpare, när två tjejer kom och ville ha lift. Inga problem tyckte jag och plockade ihop och muggar och annat bråte. Men så här efteråt förstår jag inte varför undertecknad var tvungen att ge lift upp till Fallebo och sedan till stugan!?

Manfred

PROJEKT 90?

---

### NY TÄVLINGSLEDARE

Från och med vårsäsongen är jag ny tävlingsledare. Jag nås lättast mellan kl 16.30-18.00 på söndagar. Samma regler gäller som tidigare dvs anmälan senast kl 18.00 på söndagar. tel. 152 89



MILLE

---

DAMKOMMITTEN SOM FÖRSVANN  
MEN FINNS ÄNDA!!!

Sista måndagen i varje månad träffas vi hemma hos varandra och pysslar. Intresserad??



## RESULTAT SUR-DEGEN 1990-01-07

## Långa banan 12,0 km

1	Andreas Nilsson	80.10
2	Tor Martell	87.25
3	Ola Lövgren	90.35
4	Lennart Knutsson	90.36
5	J-E Nilsson	91.55
6	Lennart Kalén	92.05
7	Kenny Hansson	98.05
8	Magnus Pettersson	98.15
9	Göran Svensson	101.00
10	Våge Rindstig	104.25
11	Kent Krawe	104.26

## Korta banan 7,9 km

1	Göran Svensson	75.23
2	Lasse Pettersson	75.25
3	Stefan Carlsson	75.55
4	Stefan Pettersson	82.35
5	Göran Gabrielsson	82.40
6	Roland Nilsson	83.55
7	Agneta Nilsson	83.56
8	B-Å Borgemo	89.10
9	Bo Hastig	89.11
10	Peter Callegård	89.50
11	Hans Svensson	92.45
12	Börje Callegård	92.49
13	Mattias Hansson	92.50
14	Rodnie Hansson	92.51
15	Niclas Pettersson	92.52
16	Patrik Nilsson	92.53
17	Melker Pettersson	93.05
18	Roine Axelsson	93.35
19	Lennart Pettersson	93.40
20	Kenneth Borgemo	94.06
21	Bernt Karlsson	94.15
22	Milton Lövgren	108.35
23	Fredrik Nilsson	110.29
24	Ulf Nilsson	110.30
25	Birger Svensson	140.26
26	Sonja Svensson	140.26

ICA



Hej!  
Vänlighet och omsorg är en hjärtasak  
för oss på matglada JÄTTEN  
pris och kvaliteten är självklara för oss.

Välkomna till  
"MATAFFÄREN I CENTRUM"

Mannell bejäning av kött och ett brett  
sortiment av färdigkryddat för grillning.  
Mannell bejäning av charkvaror,  
sallader och ost.

Mannell bejäning av fisk och ett brett  
Sortiment av egna inläggningar.  
Nybakat bröd i lösvalk från Norrbrons  
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

ICA MITT I OSKARSHAMN - 0491 84520

P  
BEGRÄNSADE  
P-PLATSER  
SEDKA TAG 1



Teknik - Kvalitet



PRESS & PLÅTINDUSTRI AB

ÅSAVÄGEN 15, 572 35 OSKARSHAMN  
TELEFON 0491-161 60, TELEX 43960 PPGS, TELEFAX 0491-165 45

Ingår i Press & Plåtgruppen AB



# TRÄNINGSTIPS

I KAMPEN kommer vi att under rubriken TRÄNINGSTIPS försöka sprida lite av de goda tips på bra träning som våra medlemmar får när de deltar i kurser och läger. Därför vill vi att NI lämnar in goda råd och inte behåller dem för er själva. Lämna dem till redaktionen eller i brevlådan. Om vi hjälps åt med detta kan fler få lite ombyte och stimulans i träningen.

Det första exemplet kommer från en ungdomsledarkurs i Hultsfred där Roger Glännerfors från SOFT pratade om olika sorter av ungdomsträning.

Träningen är för 3 personer som springer 3 rundor vanlig orientering.

Material: 3 kartor  
Snitslar

Förberedelse: Lägg var sin bana med samma start och mål. Längden på varje bana skall vara 1/3 av den distans ni har tänkt springa. Rita in alla banorna på var och ens karta. Sätt ev. lite dricka vid start o. mål. Det kan vara gott när man varvar.

Träningen: Ni startar samtidigt och springer den bana ni själv har lagt och hänger då ut snitslar vid kontrollerna. Springer sedan bana 2 och slår då en knut på snitslarna. Sist springs bana 3 och då plockas snitslarna in. Först i mål vinner.

På detta sätt har man en vanlig OL-träning med kontrollmarkeringar utan att någon behöver göra det tråkiga jobbet att sätta ut och ta in kontroller. Lycka till i skogen!

## SILVA

förevisar årets nyheter efter träningen den 27/3.

## HEDERSPRISER

I samband med årsmötet utdelades ett antal hederspriser.

1989 års poängpris för damer vanns av SONJA SVENSSON.

Motsvarande pris på herrsidan vanns av JAN ERIK NILSSON.

Bästa ungdomar blev på ol-sidan AGNETA NILSSON och MARTIN ANDERSSON.

Bästa skidungdom blev

DAN FRIBERG.

Standar för 100 tävlingar i Viljans färger utdelades till KENT KRAWE.

Bronsmedalj (150 tävlingar) gick till AGNETA NILSSON.

Silvermedalj (250 tävlingar) till GUNVOR LORD.

## HYCKLINGE VÄGSAMFÄLLIGHET

Som representant för Viljan men dessutom sekreterare i vägsamfälligheten vill jag informera om vad som behandlades på årsmötet, som hölls kvällen före Viljans årsmöte. Pga de milda vintrarna på senare år finns det lite pengar att använda till mindre förbättringsarbeten. Under våren kommer en del stenar längs kanterna att grävas eller sprängas bort. Vidare skall en ordentlig uppgrusning av hela vägen ske. På höstkanten kommer styrelsen att kalla till gemensam buskröjardag då träd och kantbuskar kapas. I skrivande stund (1/3) kan jag även informera om att nya vägvisningsskyltar är beställda för att monteras vid Lilla Hycklinge (Flinshultsvägen). Kanske är de redan på plats vid detta nummers utgivningsdag.

Jerry Svensson



## INFÖR TIOMILA

Denna djupt sägenomspunna tävling, som för många är den största höjdpunkten på ol-året, arrangeras i år vid Nodsta i Norrtälje kommun, en bra bit nordost om Stockholm.

För mig var tiomilakavlen, under den tid jag sprang för Kvarnsveden, i det närmaste säsongspremiär. De åren jag bodde i Arboga kom den ungefär mitt i vårsäsongen, men nu i Viljan är den nästan säsong avslutning.

Men även för dig käre läsare, som sprang för Viljan i fjol, medför årets tiomila en del ändringar mot tidigare, särskilt på herrsidan. Kortare sträckor, mer gaffling och mer natt bäddar för en rafflande tävling.

Den sammanlagda banlängden är för herrarna i år 10.55 mil, vilket är två mil kortare än de senaste åren. Damkavlen är 3.23 mil, vilket jag tror är ganska normalt. Nytt för bägge kavlarna är att sista sträckan inte är den längsta.

## Herrkavlen

Start: 5 maj kl 20.45

Målgång: 6 maj ca 07.30

Str 1	12,5 km	skymning/natt
Str 2	12,5 km	natt
Str 3	7,5 km	natt
Str 4	14,0 km	natt
Str 5	7,5 km	natt
Str 6	7,5 km	natt
Str 7	10,0 km	natt/gryning
Str 8	13,0 km	dag
Str 9	10,0 km	dag
Str 10	11,0 km	dag

Gaffling är det på samtliga sträckor utom sista både i herr- och damkavlen. Alltså även på långa natten som trots att den nedkortats är tävlingens längsta sträcka.

Starten är för herrarna kl 20.45 45 minuter jämfört med tidigare är det inget snack om att man inte lampa på första sträckan. Starttider och banlängder för av nedanstående eller för damkavlen eller ovanstående (här) kan man kunna veta nu var den är i tabell.

## Damkavlen

Start: 5 maj kl 13.30

Målgång: ca 17.30

Str 1	5,8 km	dag
Str 2	5,9 km	dag
Str 3	8,8 km	dag
Str 4	5,0 km	dag
Str 5	6,8 km	dag



## Terrängen då?

Tja, enligt terrängbeskrivningen: "Måttligt kuperad skogsmark, till större delen hållmark med inslag av skogsmark. Hyggen förekommer." Verkar ganska snabbt. Spikskoförbud för str 1 och 2, både damer och herrar. På övriga sträckor är det nog inte helt fel med spik på hållarna. Ytterligare info finns i inbjudan och i februarinumret av skogssport.

Vare sig du den 5-6 maj befinner dig vid Nodsta eller vid radioapparaten, önskar Kampenredax genom Knut (sen) en trevlig...



## KURSPROGRAM VÅREN -90

31/3	Speakerkurs	Växjö
11-12/5	Banläggningskurs Grund 1B	Växjö
11-12/5	Banläggningskurs Forts.	Växjö
11-12/5	Tävlingsledarkurs	Växjö
25-26/5	Kartritningskurs Steg 1	Jämshög

I stugan och i Havslätt kommer det att sitta anslaget om vilka kurser och studie-cirklar som är på gång. Är du intresserad eller undrar över något prata med Lennart Knutsson tel. 143 55

## TÄVLING

Tio-milatipset blir KAMPENS tävling detta nummer. Det gäller att tippa de 5 första lagen i Herr- o. Dam-kavlen, samt VILJANS förstalags placeringar.

Poäng beräknas enligt följande:

3 poäng:

Rätt segrande lag.

Viljans plac. +-5 plac.

2 poäng:

Rätt plac. 2-5.

Viljans plac. +- 10 plac.

1 poäng:

Tippat lag bland de 5 första.

Viljans plac. +- 15 plac.

Vid lika poäng avgör Viljans placeringar.

Tävlingsbidrag kan lämnas i KAMPENS nya brevlåda i klubbstugan, eller till någon

i redaktionen. Det går även bra att lämna

bidrag på 10-milaresan.

Vi hoppas på många tips.



1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Viljans Plac. \_\_\_\_\_

Namn: \_\_\_\_\_



**NYA MEDLEMMAR**

- § Daniel Thuresson  
Smedjegatan 6
- § Tommy Ahrenius  
Hästhagsvägen 7
- § Jens Henriksson  
Kvadratgränd 3
- § Peder Karlsson  
Storgatan 23
- § Magnus Cederlöf  
Ugglevägen 14 H
- § Per Svensson  
Homhällevägen 37

**VÄLKOMNA**

**TJEJER**

Med hopp om en större tillslutning än förra året, försöker vi också i år att ordna ett kommunmästerskap i tjejjogging. För att locka fler tjejer att ställa upp kommer vi att ändra tidtagningen så att vi bara klockar de 3 första i varje klass, och de övriga får ta sin tid själva. Medaljer kommer att utdelas och priser att utlottas.

Motionskommittén.



I år kommer du att hitta oss för Cykel-Trim söder om stadskanalen redan 1 maj.

Med Trim-OL kommer vi att träna i skogarna bortom Lagmansvägen. Med start 1 juli. Och så kommer vi att ställa upp ett skåp för att träna i lära.

Parat kommer att träna i sportvägarna, och i lära, dessa arbetsplatser.

**OBS!**

Om du har ändrat adress eller bytt namn, var snäll och meddela det så att vi kan hålla ordning i medlemsmatrikeln. Sonja Svensson Kolberav. 53, 572 40 O-hamn. Tel. 11297.

19 MAJ  
SÄLJER VI  
LOTTER PÅ  
TOLV-  
SKILLINGS-  
MARKNADEN!



JA, DET VAR DET !!

Då har ännu en grön vintersäsong snart gått till ända, och den har inte lämnat några längre skidspår efter sig. Vi får inte tappa greppet, utan det är bara att spotta i nävarna och ta nya stavtag mot nästa säsong.

Trots den vita varans frånvaro har vi faktiskt haft två medlemmar i klubben som har tävlat en hel del. Dessa är Jonas Axelsson och Dan Friberg. Jonas har åkt i Rättvik, Sundsvall, DM som gick i Orsa-Grönklint, lilla - SS som gick av stapeln i Falun och Junior - SM som gick i trakten runt Högfjällshotellet i Sälen. Tyvärr kan jag inte redovisa några resultat från Jonas, då vi inte fått några listor än.

Dan har medverkat i Dala-Järnas tävling Gundes cup, där han blev 26:e man, i Mora, där Hulåns IF körde sin tävling placerade sig Dan på 14:e plats. Dan körde även han lilla -SS i Falun lördag och söndag. Lördagens tävling var en individuell tävling där Dan tog en 40:e plats. På söndagen gick en stafett där Dan fick åka i ett lag ihop med Lekeryd. Dan fick där förtroendet att starta, vilket han gjorde mycket bra, växlade som åtta.

Jag tycker dessa grabbar är värda en stor eloge som kämpar vidare trots motigheterna som vädergudarna ställer till.

Vasaloppet blev ju inställt i år, vilket inte är så vanligt. Klubben hade en stor skara åkare som på detta vis sparar in många vallaburkar o tuber. Till själva Vasaloppet var nämligen 31 st "viljaner" anmälda och 4 st tappra till öppet spår.

Arbetet med det nya milspåret har påbörjats. Vi har haft några stycken arbetsmöten där vi har avverkat, röjt och druckit kaffe i vårsolens glans. Men mycket arbete återstår, så är du intresserad får du gärna vara med. Kontakta någon av oss i skidsektionen eller Jerry Svensson.



Stefan Bergh / skidsektionen



## RINKBANDY

## Halvtidsrapport från rinkside

Vårt numera traditionsenliga möte med Kalmar OK i Kalmar ishall var i år utökat med OK Orion från Jämjöslätt. Vi mötte första matchen Orion, med världsmästaren i spetsen. Det visade sig snart att här hade vi inte så mycket att hämta. Trots tappert kämpande så trillade målen in där de inte skulle. Där- emot mot Kalmar, som året innan hade nedmejats med 17-2, blev en jämn kamp. Vi vann med uddamålet. Kalmar hade förstärkt laget på åtskilliga platser.

Vi debuterade i näst högsta divisionen med två meriterande segrar. Sedan klarade vi inte riktigt tyrolergängets semestervecka. Ett decimerat manskap åkte på en trots allt ärofull förlust (finns sådana?) mot Bråbos stolthet. Oskarshamns Hamn stod sedan för motståndet. De stretade emot riktigt bra, men fick till slut ge sig för vår bländande klubbteknik och kondition. 5-4 skrevs in i Kents statistikbok. Senaste drabbningen mot Återbudet (som verkligen ställde upp) blev en riktig rysare, där vi tyvärr drog kortaste strået. Med mindre än 20 sekunder kvar gjorde motståndarna segermålet, 6-5.

Supporterskalan har trots diverse löften om "premiering" lyst med sin frånvaro. Kan det bero på att matchprogrammet ej var med i senaste "Kampen"? Tyvärr kan jag ej meddela tider denna gång heller, då fritidskontoret stängas med IKHH om korptiderna. Slå 842 34 för besked.

Samtidigt vill vi från lagledningen meddela att i fortsättningen kommer var 500:e åskådare att erhålla två wienerbröd. Så det så!

## Lagledaren

Det är med sorg ihjärtat som man är tvungen att konstatera att Viljan krigarna fick stryck av OKG. Förståeligt i och försig när handikapet består av lagledaren i målet. Bättring lagkamrater!

## RESEERSÄTTNING



## NYTT RESEERSÄTTNINGSSYSTEM

På årsmötet beslutades om ett nytt reseersättningssystem vilket innebär att det gångna årets system med anmälningsavgifter som utdebiterats i efterhand avskaffats.

Det nya innebär kortfattat följande: När DU åker med någon till en tävling betalar du 2 kronor per mil till chauffören. (Ex: tävling i Växjö-trakten, 25 milx 2:=-50:-). Ungdomar tom 16 år betalar max 10 kronor, resterande del betalas av klubben. Äldre studerande och vpl betalar max 30:-, resterande betalas av klubben. Det nya beslutet innebär samtidigt en höjning av milersättningen till 8:-/mil vid full bil. 8:-/mil skall också tillämpas vid övriga resor i klubbens regi. Vid udda antal passagerare i "sista bilen" går klubben in betalar för 4:e man.

SOK Viljan betalar i fortsättningen startavgiften vid alla tävlingar, dock ej sk semestertävlingar typ 5-dagars och fjäll-ol.



## EN DAG I MÅLILLA

Lördagen den 20:e januari var det dags för årets första träning på annan ort. Vi var ett tiotal pers som åkte hem till Andreas (alias Didden) i Målilla för inritning av hans kontrollplockning.

En viss förbistring uppstod då vissa ansåg att det var 17 kontroller medan de flesta tyckte att det var 19. Efter utdragna diskussioner enades vi dock om att det var 19 stycken.

Ute i skogen, dit vi färdades med automobil, fanns det ännu inga kontrollmarkeringar men Didden sprang iväg några minuter före oss andra med en rulle sådana.

Vi startade med en minuts mellanrum och när bara Ola (Lövgren), Tor (Marntell) och jag var kvar kom Tor på idén att skoja med Didden. Vi bestämde oss redan då för att 13:e satt fel.

Himla kul var det att orientera igen varför farten ökades succesivt. Trots det eller kanske snarare p g a några småbommar kom både Ola och motionären Tor ikapp mig. Motionär är man (enligt Tor själv) när man tränar exakt två ggr i veckan. Alla toapapper satt rätt och Didden hann gott och väl i mål innan någon av oss andra dök upp.

Jag och Tor kom tillbaka samtidigt och jag påstod först att 13:e satt fel. "Nej", sa Didden, "det är jag säker på att den inte gör." Men när Tor förklarade hur Didden troligtvis hade sprungit när han kommit fel, började han tveka och när sedan Ola kom lite senare och påstod samma sak, var Didden övertygad. Sen hjälpte det knappt att Ola talade om att vi hade skojat. Vi kom ju inte tillbaka samtidigt och hade därför inte kunnat komma överens om något...



Mattias Lundmark orienterade rätt nästan hela banan. Men när han var på väg till näst sista kontrollen bommade han den så grovt att han tyckte att det inte var någon idé att leta på målet ens. Istället sprang han via Rosenfors direkt hem till Didden, en extrasväng på drygt en mil fågelvägen. Vi andra var lite avundsjuka eftersom han fick den i särklass längsta stapeln i träningsdagboken.

En något försenad tävlingsplane-ringsträff avslutade dagen. En får tacka Didden, Biggan och alla andra som bidrog till att denna träning blev en oförglömlig upplevelse.

Knut  
(=Lennart Knutsson)

SOK Viljan

## KAMPEN

redaktionen består

av:  
Lennart Knutsson  
Stefan Olheden  
Stefan Carlsson  
Leif Karlsson  
Jan Andersson

**MANUSSTOPP**

till nästa nummer av Kampen  
senast

**1 JUNI**

till Lennart Knutsson,  
Ingenjörsvägen 52, tel 14355.  
Handskrivet material till  
Manfred Olejnik Norrbackav 20.



APRIL '90



1	Söndag 91 OK Skogsfalken Herald Hagar Hany Annalain: Påsktävlingarna	18
2	Måndag 92 Gustmund Gudmar Gucar	
3	Tisdag 93 Ferdinand Gunnar Gucar	Stugan 17.45
4	Onsdag 94 Andreas Iere Iira	Backe Hjortberget 19.00
5	Torsdag 95 Nanna Nancy Nancy	Tränings-OL
6	Fredag 96 Vilhelm William Willy	
7	Lördag 97 Ingemund Ingemund Inna	Per o Kersti Cup
8	Söndag 98 Per o Kersti Cup, Nybro OK Henning Henner Helmut Anni Tenhult	
9	Måndag 99 Otto Ovar Otta	
10	Tisdag 100 O Stugan 17.45 Ingemar Ingemund Ingvar	
11	Onsdag 101 Ulf Ulf Ulf	Backe Hjortberget 19.00
12	Torsdag 102 Alivesa nattoukavle Julius Julius	
13	Friday 103 Anur Alnor Aile	Stugan 17.45
14	Lördag 104 IK Hakarpsöjåkarna Toumas Ellen Ely	
15	Onsdag 105 Stigmannen J-cup Oliva Ovar Ove	
16	Måndag 106 EKSO SOK ANN: Vaxjö, öken, Pänt Patricia Percy Annadag Pikr	Dalarna Hjortberget 17.45
17	Tisdag 107 Stugan 17.45 Eles Elis Elis	
18	Onsdag 108 O Backe Hjortberget 19.00 Valdemar Valdis Volmar	
19	Torsdag 109 Tränings-OL dag/natt Oliva Ovar Ovar	
20	Friday 110 Anneli Anneli Anny	
21	Lördag 111 3ro OK J-cup Anneli Anneli Anner	
22	Söndag 112 Tenhult, 7-manna Oskarström Albertina Aida Alan Anni Illern	
23	Måndag 113 Storstädning av stugan Georg Georgina Jörgen	
24	Tisdag 114 Stugan 17.45 Vega Vega Vika	10-milaträff
25	Onsdag 115 Backe Hjortberget 19.00 Marius Maria Mark	
26	Torsdag 116 Tränings-OL dag/natt Teresa Teresa Tessa	
27	Friday 117 Engelbert Engelbert Erik	
28	Lördag 118 SSM Vaxjö Ture Ture Tuve	OK Hjortstigen Hjorted
29	Söndag 119 Vaxjö OK Tyto Tyto Torill	
30	Måndag 120 OK Hjortstigen uggelkäva Mariane Marianne Maria Valborgssonsson	OK Hjortstigen uggelkäva Konungens lördag

MAJ '90

1	Tisdag 121 O Gränna-Bygdens OK Valborg Valdis Volmar	18
2	Onsdag 122 Backe Hjortberget 20.00 (ny tid) Fro Åsa Åsa	
3	Torsdag 123 Tränings-OL Göta Göta Göta	
4	Friday 124 Monica Maria Mona	
5	Lördag 125 10-mila Norrtälje Göran Göran Göth	
6	Söndag 126 10-mila Norrtälje. OK Illern Sigmund Sigmund	
7	Måndag 127 Gustaf Gustaf Gustav	19
8	Tisdag 128 Stugan 17.45 Åke Åke Åke	
9	Onsdag 129 O Backe Hjortberget 20.00 Jouan John Johnny	
10	Torsdag 130 Erik Erik Essy	
11	Friday 131 Mera Maria Märk	
12	Lördag 132 Alby IK Örebro Chundra Chundra Lotta	
13	Söndag 133 OK Milan, Mora Linnea Lina Lisa	Tränings-OL
14	Måndag 134 Håvard Håvard Håvard	20
15	Tisdag 135 Stugan 17.45 Sofia Sofia Sofia	
16	Onsdag 136 Backe Hjortberget 20.00 Håna Håna Håna	
17	Torsdag 137 O Rebecca Renée Rosa	Norges rekorddag
18	Friday 138 Erik Erik Erik	Dalarena
19	Lördag 139 Tolvskillingsmarken Ann Ann Ann	
20	Söndag 140 Kopparkavlen Falun Kersti Kersti Kersti	Tränings-OL
21	Måndag 141 Konstan Konstan Konstan	21
22	Tisdag 142 Stugan 17.45 Henning Henry Pih	
23	Onsdag 143 Backe Hjortberget 20.00 Desidera Dennis Desiré	
24	Torsdag 144 O Gökotta, Tränings-OL Raymond Ragnar Ragnar	Kitt/Konstföreläsning
25	Friday 145 Urban Ulla Uno	
26	Lördag 146 Alfa-Ösa OK J-cup Vilhelma Vilma Vilma	
27	Söndag 147 Tränings-OL Brenda Brenda Britten	Mors dag
28	Måndag 148 Ingoborg Ingoborg Ingoborg	22
29	Tisdag 149 Stugan 17.45 Barbar Bar Bar	
30	Onsdag 150 Backe Hjortberget 20.00 Frogi Frogi Frogi	
31	Torsdag 151 Isabella Ina Isabella	

JUNI '90



1	Friday 152 Nicoletta Nina Niina	22
2	Lördag 153 Rutger Runa Runa	Pingsstafett
3	Söndag 154 Pingsst 2-dagars Ingemar Ingemar Ingemar	
4	Måndag 155 Pingsst 2-dagars Hörmild Helmi Helmi	
5	Tisdag 156 Stugan 17.45 Bo Bo Bo	Danmarks nationaldag
6	Onsdag 157 Backe 20.00 Hjortberget Gustaf Gustaf Gustaf	Hjortberget
7	Torsdag 158 Stugan 17.45 Robert Robert Robert	
8	Friday 159 O Salomon Sally	
9	Lördag 160 Bore Bore Bore	
10	Söndag 161 Stugan 9.45 Sanna Sanna Sanna	
11	Måndag 162 Eskil Eskil Eskil	24
12	Tisdag 163 Stugan 17.45 Åke Åke Åke	
13	Onsdag 164 Backe Hjortberget 20.00 Åke Åke Åke	
14	Torsdag 165 Stugan 17.45 Håkan Håkan Håkan	
15	Friday 166 Justina Jim Jimmy	
16	Lördag 167 O Åke Åke Åke	
17	Söndag 168 Stugan 9.45 Torborg Torborg Toril	lands nationaldag
18	Måndag 169 Blom Blom Blom	25
19	Tisdag 170 Stugan 17.45 Germond Jerry Jill	
20	Onsdag 171 Backe Hjortberget 20.00 Pora Pora Pora	
21	Torsdag 172 All Avn Avn	Sommarsolstånd
22	Friday 173 O Midsommarläger Paulina Pamela Paulina	Midsommarfest
23	Lördag 174 Midsommarläger Apoll Apollina Ally	
24	Söndag 175 Midsommarläger Jon Jon Jon	
25	Måndag 176 David David Davy	26
26	Tisdag 177 Stugan 17.45 Rakel Rakel Rakel	
27	Onsdag 178 Backe Hjortberget 20.00 Selma Selma Selma	
28	Torsdag 179 Stugan 17.45 Leo Leo Leo	
29	Friday 180 Penny Penny Penny	
30	Lördag 181 Eufonia Eufonia	

Jun