



## **ANNA ANDAS ELITSERIEN!!**

Anna Svensson, Viljans första löpare i Elitserien!



## Redaktörens sida

Sedan förra numret har i stort en vårsäsong gått. Och inte vilken vårsäsong som helst utan vårsäsongen 2001 med många framgångar för Viljan. Som vanligt får jag nästan börja skriva nu. Fast det är inte sådär väldigt många år sedan vi inte fick ihop något lag alls till 10-mila (nämligen 1998).

I år kom herrarna 85:a medan damerna var strävt vassare med en 78:e plats. För herrarna innebar det, det tredje bästa resultatet genom tiderna och det bästa sedan 1990. För damerna var det, det näst bästa resultatet genom tiderna bara slaget av fjolåret. Mer om tiomila i Ove Lernås reportage.

Fler kavlar/stafetter som Viljan deltagit i sedan förra numret är t.ex. 7-manna, Herrgårds-stafetten och Hälsingekavlen. Kampen har förstås reportage från samtliga dessa.

"Agnetas stjärnor" tror jag vi ska införa som tradition. I förra numret var de små och oansenliga men i detta nummer har de blivit större och mer innehållsrika.

Månadens profil är en av de riktigt stora stjärnskotten vi har i klubben.

Vem det är? Jag kan inte avslöja allt redan på sidan 2. Bläddra vidare så får Du se.

Vad mer har hänt? Gökotta, Pingst 2-dagars och så har vi planterat skog. Göran S1 hade ordnat detta under två lördagsförmiddagar i maj. Jag var med första dagen och då slog det mig att inom orienteringen finns det väldigt få divor. Klubbens absoluta toppskikt ställde upp, t.ex. Erik, Anna S, Våge och Maria. Skulle IKO:s stjärnor ha kunnat göra något liknande för att bättra på ekonomin i klubben? Knappast...

Vi höll på knappt 6 timmar och då hann vi med att fika två gånger. Lätt förtjänta pengar till klubben således och socialt och trevligt när så många ställer upp. Det kan vi gärna göra igen, tycker jag.

Vad händer i framtiden då? Nu närmast är det Jukola & Venla som inte gått av stapeln i skrivande stund men helt säkert i läsande dito. Och sedan i juli är det dags för den stora klubbgemenskapskavlen Tjoget med minst två lag från Viljan. I år var det väl 17 om vi inte skulle ta och slå Nybro.

**Presstopp till nästa nummer är torsdagen 23/8.**

Ha en skön sommar och trevlig läsning, hoppas

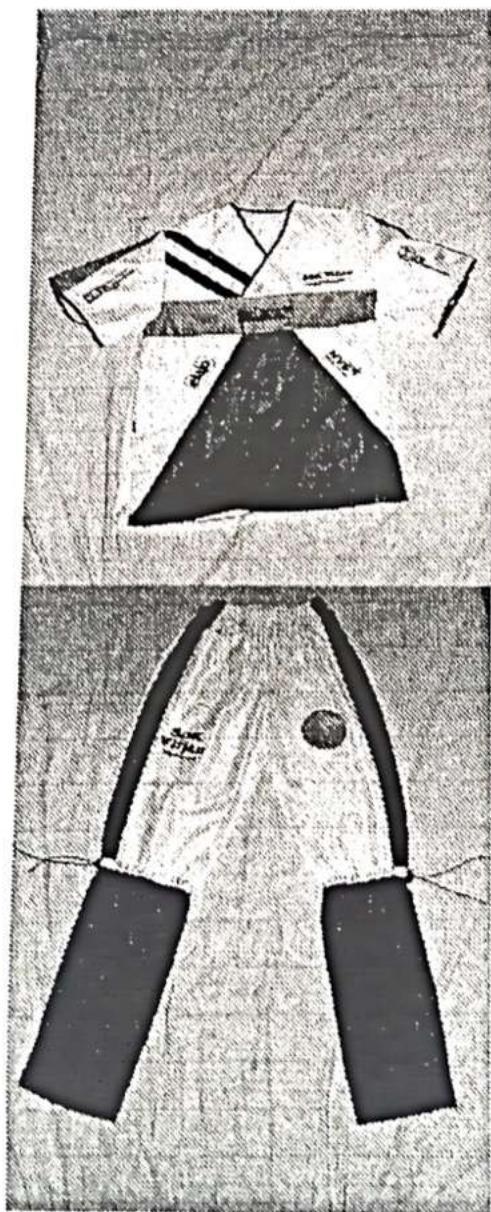
Farbror Knut

## KLÄDANSVARIG

Från och med nu så tar jag över hanteringen av Viljans klädmaterial. Vi har tävlingsdräkter och klubboveraller till försäljning. Jag ska ta med kläderna på en del tisdagar och andra arrangemang. Skulle du behöva utrustning vid någon annan tidpunkt så är du välkommen till Dejegatan 44 så ordnar vi saken. Du kan också ringa på tel. 18682 så tar jag med kläderna när vi träffas.

Hälsningar Våge.

*Finns numera hos Våge på Dejegatan 44!*



## INFO FRÅN KART O MARK

### OCAD

Klubben har köpt in programmet OCAD7 för att kunna redigera våra digitala kartor.

En beta-version av OCAD8 finns nu ute. Nytt i denna version är bland annat banläggargröd.

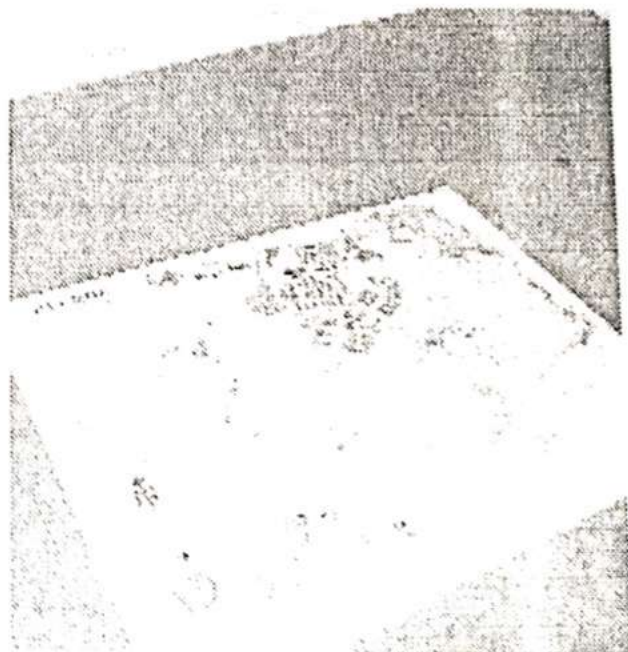
OCAD5 kan tankas hem gratis från [www.ocad.com](http://www.ocad.com)

### Nya Stadsparkskartan

Vi håller som bäst på att jaga annonsörer till kartans baksida. Har ni några förslag, kontakta Håkan Johansson.

Det pågår för närvarande en del markarbeten inom området som vi först vill vänta ut. Den kommer därför att tryckas någon gång efter semestern.

Lennart Kalén



## HÄLSINGLAND

23.5 drog elva Viljaner åt Hälsingland. De värsta fanatikerna (Erik, Henke, Karin B och Anna S) var redan där. De hade åkt direkt från Sundsvall och missade därmed hela våren i Oskarshamn (enligt Anna när hon kom hem).

Nio av oss åkte minibuss och jag hade tagit ut "bästa vägvalet" genom ett dataprogram som kunde varit bättre. Således hamnade vi på en liten krokig grusväg mellan Ramnäs och Västerfärnebo. Mitt tips är: Undvik denna väg ifall Du käre läsare har tänkt dra åt Hälsingland någon gång. (Annika tyckte dock att det var en underbart vacker väg, en massa hägg som blommade mm. Det är bra att det finns positiva människor.)

Första natten bodde vi på ett litet vandrarhem strax utanför Järbo i Gästrikland. Det visade sig att globetrottern Maria hade bott där en gång förut någon gång på 80-talet. Bosse och Jonas J/T, som undvikit vägen Ramnäs-Västerfärnebo, var redan där när vi kom.

Sedan var det dags att tävla. Hälsingland är ungefär som Gotland fast mer kuperat, kom vi på. Dvs. mycket att titta på dosan och snurra på huvudet. Studerande av kartan blir man inte så mycket klokare av. Självt drog jag 500 m snett till första kontrollen. Inte kul att bomma 5 minuter på första när banan är 11,3 km. Bäst i vår klass, H21L1, var Våge som slog mig med 17 min och bara var 7 minuter efter täten.

Erik var bäst i Viljan med en 8:e plac i H20E.

Andra dagen glömde Henke både skor och tävlingsbyxor. Så han fick köra i träningskor (bra va, Anna L?) och ett par trasiga byxor som Erik råkade ha med sig. På väg till start höll han på att tappa kompassen och sport-ident-pinnen eftersom det var hål i fickan och i geggan i den branta backen upp mot startpunkten tappade han många sekunder pga. dobb-bristen under skorna. Men sedan gick det desto bättre. Med 54 sekunder krossade han allt motstånd, som i princip bestod av Sverige-eliten. Janne Johansson svarade för det bästa loppet bland herrseniorerna och blev 18:e knappt 3 minuter efter i H21 1.

*Henke bäst i Viljan!*



Tredje dagen var det dags för kavle. Viljan skickade iväg sina två junioress Erik och Henke på de första två relativt långa sträckorna (8 km). De tappade 5 minuter var. Sedan sprang jag den kortaste sträckan (4 km) som dessutom var rak. Jag har nämligen för avsikt att inte vara UK nästa år och då gäller det att ta ut sig själv på smörsträckorna. Jag tog in en minut på täten! Ta in på täten i en seniorkavle, det undrar jag om jag gjort förut. Att motståndet antagligen inte bestod av några seniorer alls kan vi väl tala tyst om. Vi låg 9 minuter efter täten och 3 sekunder före Nybro. Sedan

sprang Bosse och Tony hyfsat men sämre än Nybro som här gick mycket bra. När Våge gick ut på näst sista var vi 6,5 minuter efter Nybro. Till varvningen efter 2/3 av banan hade Våge plockat två. Men sedan slutade det gå bra för Nybro. Vid sista växeln var vi många minuter före och Janne J svarade som vanligt för ett stabilt lopp och drog ifrån ytterligare. Vi var mycket nöjda med vår 28:e plac av ca 90 lag. Bara IKHP var före bland Smålandslagen. Dock måste tilläggas att Håkan Pettersson ånyo inte var med. Ärligt talat är det ofta han är med. Och tur är väl det för Nybro för vad skulle de då skylla på när de får stryk av Viljan!



*Cicci Nilsson sprang med Viljan!*

Damerna hade otur med förkylningar och fick lov att fixa till ett kombinationslag. Det är klart, ska man ta in någon utifrån så får det ju inte vara vilket blåbär som helst. Anna S tog helt enkelt rankinglistan och började uppifrån. Givetvis kunde inte förstarankade Cecilia Nilsson motstå en så trevlig klubb som Viljan. Hon sprang första sträckan och drog ifrån alla andra med 2,50 min. Speakern hade väl inte

kollat med sekretariatet och var förvånad över att Viljan ledde damkavlen vid radio och förvarning. När han väl förstått det kallade han laget "Viljan-med-Cissi-Nilsson". Sedan sprang Maria rätt bra medan Anna M som varit sjuk länge tappade en del i de saftiga backarna. Anna S avslutade hyfsat så att "Viljan-med-Cissi-Nilsson" till slut blev 22:a.

Ett klassiskt lopp återstod på samma karta som Hälsingekavlen. Fjärde tävlingen på lika många dagar. Det är då agnarna skiljs från vetet. Vi envisa gubbar (jag och Bosse) satte Viljans seniorer på plats på den seiga H21L3-banan med många blöta tunga backar och många skumma kontroller. Henke svarade ånyo för Viljans bästa placering med en tredje plats tack vare att de två som sprang snabbast stämplade fel på sista(!) kontrollen.

Henke hann inte vara i mål många minuter innan vi satt i bussen på väg mot Linköping där vi skulle vara 20.03 för att Erik, Henke och Karin skulle hinna med tåget till Eksjö. Vi stannade två gånger på vägen: 5 minuter i Borlänge för att köpa Max-drive-in-hamburgare och en gång utanför Lindesberg för att kissa. 19.45 var vi framme och då tog det ca 10 minuter att samla ihop alla grejer samtidigt som Henke sprang och köpte ut de bokade biljetterna.

Slutet gott, allting gott som i alla sagor.  
Simma lugnt

F. Knut

## 7-MIÄNNA

Vi var ett gäng som begav oss till Ronneby för att delta i FK Vittus 7-manna. Själv åkte jag i Leifs bil, en lugn resa eftersom han höll på att tjata om sin "SKODA" hela tiden. (Nja, kanske inte hela tiden).

Väl framme vid Skogsvårdsstyrelsens kontor (eller nåt sånt) mitt ute på ett fält packade vi upp vårt tält och satte upp skärmen. Det började nu blir mörkt och kallt och till sin fasa fick Tobias syn på att han bara hade en nylontröja med sig att springa i. "- Det är ju sommar", var det enda han fick ur sig. Men som den sanna Gunnarsson han är så hade han ju sin vindoverall med sig (tur för honom).

När resten av gänget anlant var det dags för Knut att starta på förstasträckan i herrkavlen och, tro det eller ej, vid varvningen var han faktiskt inte mer än 1 minut efter täten. Han måste ha kutat på bra.

Nästa start var Anna S i damkavlen. Även hon var inte långt efter täten. I mål var Knut lite, men inte mycket, efter och Anna var 2 minuter efter ungefär.

Jag hade precis varit och köpt varm blåbärssoppa. Det var äcklig så jag gav den till Knut, och han var så trött att han drack utan problem...hm Knut, var den god???



*Anna och Knut efter målgång. Ser ni vad han har i handen, just det blåbärssoppa...*

Herrarna gick ju vidare under natten medan damerna stannade och skulle sedan starta om på morgonen.

Ungdomslagen, med Henke O och Tobias som löpare, var en bit efter. Detta eftersom båda hade bommat ganska mycket.

I herrkavlen tappade Väge lite och sen Didden som tappade ännu mer, så det var en del att plocka för Bosse som skulle springa första dagsträckan.

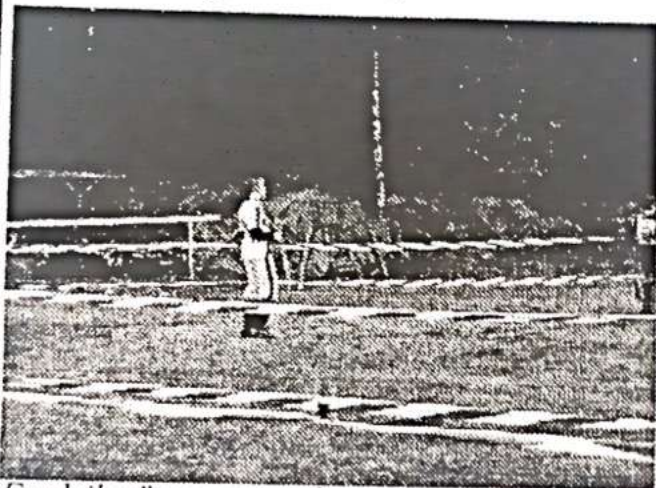
Vi bodde i en klubblokal för något lokalt fotbollslag där omkring. Ett tecken på att de inte var så bra var en boll med följande text på:

"Får endast användas vid kvalspel, med hopp om fortsatt spel i div. 7" ...ja ni förstår väl vad jag menar.

Natten var god, förutom för dem som sov i omklädningsrummen där det drog. Vi åt frukost och jag fick smaka juice av Knut. Den var inte så god, faktiskt. Var det hämnden för blåbärssoppa?

Nu var det ju snart min tur att springa så det var bäst att göra sig i ordning. I mitt lag (andra ungdomslaget) skulle Jossan springa första dagsträckan och

Komma in, han sprang första dagsträckan i första ungdomslaget, och växlade till George. Men det dröjde inte länge förrän Jossan kom och jag skulle ge mig iväg. Det var ganska jobbigt, hade nämligen håll (mjältugg kan man väl också kalla det?) i stort sett halva banan. Jag sprang till slut in på en 9:e plats. 1:a-laget kom 3:a.



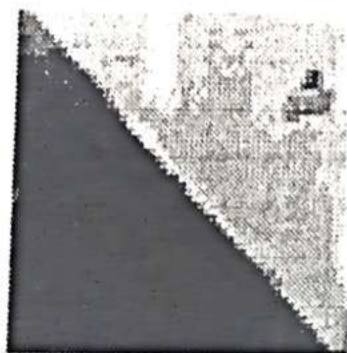
*Fredrik värmer upp, det ser lite stelt ut.*

Båda herrlagen stämplade fel och damerna kom 22:a. Gubbarna (Leif, Göran 1 och Sten) kom 4:a.

Innan hemfärden fick man i sig en tallrik med köttbullar och mos, mums...

På hemfärden tjatade inte Leif så mycket om sin "SKODA".

Martin S



## LERNÄS

Vad skriver man egentligen om denna mytomspunna tävling där allt redan är skrivet? Bara namnet - Tiomilabudkavlen - har ju något skönklingande magiskt kring sig.

Redan på farsans tid handlade ju bastusnacket vintertid om presumtiva laguttagningar och spekulationer. Gamla odödliga tiomilaanekdoter som i en strid ström yppades av smått galghumoristiska stigfinnare. Standard är förstås att det alltid är någon som hört vad det är för terrängavsnitt som förväntas.

Sakkunskapen hävdade att årets terräng skulle bestå av ett oändligt långt flygfält omgärdat av en knappt märkbart kuperad sörmlandsterräng bestående av bök och bush, och därför helt perfekt för en halvsvinaktig banläggare att tokkasta in välskylda skärmuslingar i. Tack och lov hade olyckskorparna fel. Visst var flertalet av sträckorna inledningsvis löpbetonade, men sedan väntade ett par rejäla höjdparter med ett gytter av sankmarker, tvära höjder och sänkor i en salig blandning. Därför blev också nattens vedermödor oerhört viktiga för de allra flesta lagen. Inte minst för Viljan...

Låt mig med en gång säga att när vi nyvakna i gryningen stötte på Viljanstaben möttes vi av den svidande lägesrapporten; vi släpar drygt 25 minuter efter Kalmar, men är före Nybro. Nya grishugg att vänta (på 7-manna lyckades ju undertecknad med

att inte stämpla vid en kontroll!), men skam den som ger sig, redan tre sträckor senare var KOK infångat och dessutom rejält akterseglat. Mycket tack vare iskalla killen Henric Carlsson. Junisen som totalt avsaknar nerver. Dessutom begåvad med så kallat löphuvud och vinnarskalle för att använda Tommy Söderbergs vokabulär. Den här gången bollade Henke med Fredrik Löwegren och svarade tveklöst för bästa insatsen i laget. 85:e plats är garanterat något att bygga på i framtiden. Framtiden är också viktig för att lyckas behålla magiken kring Tiomila och då krävs förstås såväl förändringar som förbättringar. Årets lyft var tveklöst bastun. Annars kan emellanåt en tiomiladusch i svinottan mer eller mindre påminna om hur det måne vara att stå helnäck i Sibirien och känna hur nordosten friskar i... Även Tiomilas tävlingscentrum har tyvärr tenderat att bli mer och mer urbant.

Istället för att bestämma sig för ett klockrent terrängområde att utgå ifrån så handlar det om närhet till civilisationens bekvämligheter. Envisa rykten hävdade förresten att tävlingen inom en snar framtid var på väg till, för 08:orna, utsprungna Nackareservatet - hemska tanke. Tack och lov drar istället mytomspunna Tiomila till Västmanland nästa gång och lämnar åtminstone terrängmässigt denna stockholmsangelägenhet bakom sig - saknad av ingen.

**Fotnot:** Damlaget hamnade på en hedersam 78:e plats, med idel jämna insatser bortsett från vårens tjejj; Anna Svensson som svarade för ännu ett suveränt lopp.

Herrarna startade något trögare än förväntat dock svarade Tony Lövdahl för ett gediget nattskift. Henke är redan nämnd och eviga talangen Janne Johansson såg till att laget till slut landade på 85:e plats.

Anna & Ove Lernå

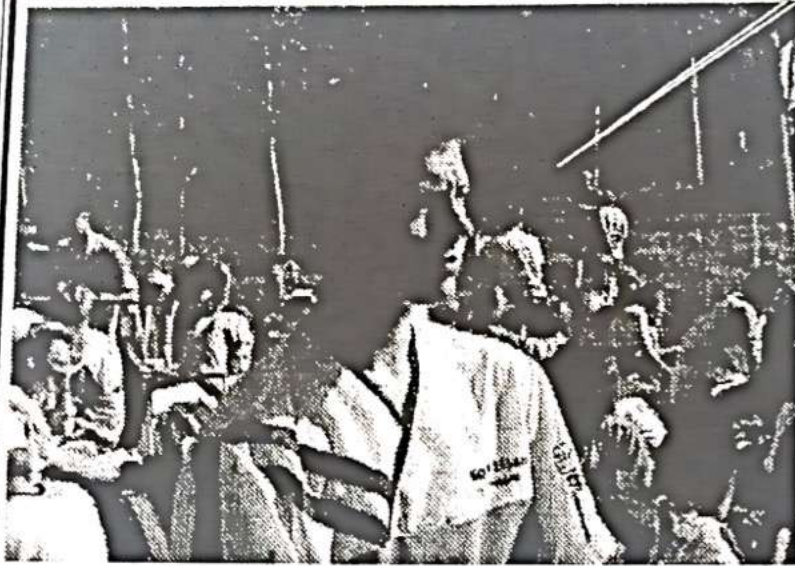


*Vi hade ingen bild på årets lag, så här är en på 1990 års 10-mila-lag, då herrlaget kom 62:a.*



Henke Carlssons så upprepade replik  
under tävlingarna i Hälsingland:

"Väx upp"



Det ryktas att  
Jonas S är i  
friartagen.



## PROFILEN, JOSEFINE CARLSSON



**Namn:** Josefine Carlsson.

**Ålder:** 14 den 18 juni.

**Familj:** Mamma Britta, pappa Stefan och brorsan Henke.

**Hur länge har du orienterat?**

Så länge jag minns!

**Hur mycket tränar du?**

Ungefär 2 gånger / vecka.

**Vad är det som gör att orientering är så roligt? Kompisarna!**

**Vad vill du förbättra i din orientering?**

Löpningen, och visst är det bra med kartövningar också!

**Vad är det som gjort att du lyckats så bra inom orienteringen?**

Framförallt orienteringen tror jag, men det går nog inte så sakta heller.

**Förebild/idol:** Jörgen "Jögge" Mårtensson.

**Dricker:** Coca Cola

**Äter:** Inte samma mat varje dag iallafall!!

**Läser:** Lite av varje (läxor).

**Favoritprogram på TV:** Vet inte.

**Musik:** Det som finns hemma.

**Favoritfärg:** BLÅ!!

*Kusinen Karin Carlsson ställde frågorna till Jossan.*

## RAPPORT FRÅN EN CYKELSADEL



## FRÅN VÅRENS STYRELSEMÖTEN

Tänk vad mycket upplevelser en cykeltur kan ge! Ont i "nedre ryggslutet", flugor och mygg i munnen, kramp i benen, oljiga fingrar och mycket mer!

Men även fågelkvitter, stapplande rådjurs kid, vråkar som tar sitt morgonmål på en ihjälkörd grävling, strålände söndagsmornar!

Ja som ni kanske förstått handlar det om min träning inför Vättern-rundan. Denna nya erfarenhet som mina "kamrater" i Viljan sände ut mig på vid min födelsedag förra året.

I skrivande stund är det 10 dagar kvar till starten i Motala. Därefter väntar 30 mil på en cykel men....."vi ska klaaara av de", som Martin Ljung sjöng i en gammal sång!!

Jag får tacka min coach för många goda råd och träningsrundor tillsammans. Jag har aldrig på så kort tid varit i både Fårbo, Figeholm, Finsjö och Fliseryd.

I kväll, på mitt 25:e träningspass på cykeln, passerade jag 116 milastreck, och det skall nog hinna bli några ytterligare träningsmil innan starten 21.20 nästa fredag i Motala.

Dom har ju inte alls tagit hänsyn till Kampens utgivningsdagar vid Vättern-rundan, så jag får återkomma med resultat och upplevelser i nästa nummer av denna eminenta skrift.

Jerry

\* Viljan har antagits som leverantör av friskvård till kommunen. De kommer att erbjuda sina anställda att gratis delta på våra tipspromenader kommande säsong.

\* Smålands OF har uppmanat oss att söka Elitserien i samband med nästa års SSM-tävlingar.

\* Viljan har fått 2 st sommarjobb för ungdomar, och vi bearbetar dom för den 3:e platsen. Ungdomarna skall rita skolkartor åt skolorna, som sedan även vi kan ha nytta av.

\* Ett 5-dagars i Kalmar län är tills vidare lagt i skrivbordslådan. Klubbarna runt Kalmar ansåg att de inte hade tillgång till den funktionärsstab som erfordras om 5-6 år. Nu skall Småland i stället satsa på ett arrangemang i Skillingaryd med omnejd.

\* Viljan kommer att delta vid Kristinebergdagen den 18 augusti.

\* Ola Lövgren kompletterar Håkan i valberedningen.

\* Staffan Andersson, som under alla år ansvarat för Bingolotto-försäljningen vill sluta. Vem känner för att ta över denna syssla nu till hösten??? Bingolotto är vår största enskilda inkomstkälla!!! Den måste vi driva vidare, annars kanske vi måste öka våra egna insatser och avgifter!???

## PINGST 2-DAGARS

Två fina sommarkvällar i början av juni samlades ett 40-tal träningsugna orienterare i Sörvik och Fliseryd för att göra upp om vem som visade bästa viljan inför kommande sommar tävlingar. Bästa Viljan visade: Henric Carlsson, Maria Rindstig, Josefine Carlsson och Jennie Lind.

### Noterbart

Söndagens tävling genomfördes på cykelavstånd varför det bara var 25 bilar vid TC.

Tjejerna slog killarna med undantag av långa banan där ingen tjej startade. Seniorerna har märkbart svårt att hävda sig bland ungdomarna och gubbarna. Mycket bra kartor och banläggning båda dagarna.

Utslagsgivande banor, det var många som var utslagna när de kom i mål.

Nytt mode i klubben: Kommer gubbar och gummor att klä i tajts???

## RESULTAT SAMMANLAGT

### Långa banan

1. Henric Carlsson
2. Våge Rindstig
3. Ove Lernå
4. Melker Pettersson
6. Göran Svenson

### Mellanbanan

1. Maria Rindstig
2. Jan-Erik Nilsson
3. Fredrik Rosenqvist
4. Tom Lindström
6. Martin Svenson
7. Anna Lernå
8. Sören Olsson
9. Mattias Olsson
10. Ingemar Lennartsson

### Korta banan

1. Josefine Carlsson
2. Kristin Boman
4. Göran Gabriëlsson
5. Karl-Erik Pettersson
6. Bernt Johansson
8. Göran Svensson 2
9. Bengt-Åke Borgemo
10. Torbjörn Strömbäck
12. Anders Rotviker

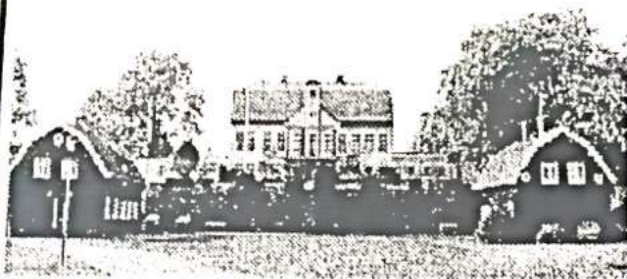
### Tolvans bana

1. Jennie Lind

TRISSSSSSSS I VILJANER!!!



TRISSSSSSSS I VILJANER!!!



## HERRGÅRDSTAFETTEN

Jag, pappa och familjen Lernå begav oss en onsdagskväll mot Fredriksbergs herrgård för att springa

Herrgårdsstafetten.

Det var många viljaner på plats men alla sprang ju inte för Viljan, en del för CTC, någon för Valhallaskolan och någon för Norra skolan.

I alla fall så stod det 4 viljanlag på startlinjen. Lag 1 var herrlaget, 2 var damlaget, 3 damlag 2 och 4 var ungdomslaget.

Själv skulle jag springa sista sträckan och gick och oroade mig över Anna S och min kamp vi skulle ha, som året innan. Förra året slog jag Anna, gick ut lite före henne också.

I år hoppades jag att jag skulle få gå ut låååångt före henne.

Och visst såg det bra ut när Tobias kom.....men bara 20 meter efter kom ju Maria.

Så det skulle alltså bli strid i år igen. Men inte kan jag säga att det blev det, fast visst hängde hon med bra i början. Jag tror till och med att hon tog in några meter på mig. Men efter att vi passerade hundpensionatet så var jag ohotad. Kan man tänka sig, jag slog en elitserielöpare....ootroligt! Anna sackade lite på slutet så hon hamnade i spurtstrid med OSK:s veteraner, medan jag låg bakom mållinjen och hänlog. För övigt förlorade hon spurtstriden....kom igen Anna, nästa år kanske du tar mig??

OSK vann förresten, knappt före Målilla/Mörlunda och sen Viljan 1 på 3:e-plats.

Ungdomarna kom 8:a, damerna 10:a och andra damlaget blev 18:e lag i mål.

Martin S



## VILKEN SÄSONG - HITTILLS!!

Jag undrade i förra träningsbrevet om den här säsongen kunde bli lika bra som den förra. Nu ser den t o m ut att bli **bättre!** De stora framgångarna avlöser varandra i rask takt och i allt större och finare sammanhang.

Våra duktiga juniorer har fått en kanonstart i Silva Junior Cup. Helgen i Nybro var helt makalös, med **Eriks seger** som kronan på verket. Erik blev sedan sjuk till Boxholmstävlingen men ligger ändå bra med på en fjärdeplats sammanlagt. Henke med cup-placeringarna 8 - 3 - 6 är värre ändå med sin tredjeplats totalt. Viljan tillhör därmed en liten exklusiv skara föreningar som har två löpare bland de fem bästa i cupen. Karins 8:e-plats i Nybro får vi inte glömma. För ett år sedan hade den placeringen varit en bland våra allra bästa - det är lätt att bli bortskämd med alla framgångar!



*Erik, Henric och Karin, duktiga juniorer.*

En enastående prestation har **Anna Svensson** svarat för genom att kvalificera sig för elitserien. Ett kanonlopp i Boxholm gav en femteplats i D 21 E2. Nu har hon också äntligen fått välförtjänt uppmärksamhet i massmedia för det. Anna kämpade bra i elitseriedebuten men fick tyvärr inte vara kvar. Nu blir det till att kämpa sig upp igen med minst en femteplats i D 21E2 (hon var 9:a andra dagen i Sundsvall).

I "segerjakten" står ungdomar och juniorer med hela 24 segrar redan. Förra året summerade vi 73 när året var slut.

Budkavleresultatet så här långt motsvarar helt klart förväntningarna, möjligen 7-manna undantaget. 78:a (dam) och 85:a (herr) i 10-mila är inte långt från målsättningen och många stabila och säkra lopp noterades.

I början av maj är OL-säsongen slut på våra breddgrader. Eliten drog vidare till Sundsvall som sagt med elitserien och NOM-tester. Efter Sundsvall följde SM-förberedelser i Hälsingland med fyra tävlingar inklusive Hälsingekavle där herrlaget blev 28:a och damerna (förstärkta med Sverige-ettan!) 22:a. Helgen före midsommar åker ett herr- och ett damlag till Jukola i närheten av Vasa i Finland medan juniorerna lämnar för JVM-tester som avgörs några dagar senare.

Det är mycket stora saker på gång som ni kan se. Vårt härliga gäng gläds m

alla framgångar, som "smittar av sig" så att hela klubben tränar och satsar mer och på så vis är vi inne i en "god cirkel".

En tävling som verkligen är för **hela klubben** är Tjoget 7-8 juli. Vi hoppas kunna mönstra minst två lag, kanske tre om inte alltför många är bortresta eller har annat inplanerat. En rimlig målsättning för förstalaget borde vara att ta sig in på topp 10. Boka alltså in Tjoget i sommarkalendern och anmäl intresse till respektive UK om ni inte redan gjort det. En nyhet för i år på Tjoget är en löpar-pool dit man kan anmäla löpare som inte får plats i dom ordinarie lagen och på så vis kunna springa i kombinationslag.

Träningsprogrammet har uppdaterats och räcker fram till Tjoget. Det finns intervall- och backträning samt långpass inlagda. Håll koll i veckoprogram och mail om exakta tider och platser. Under juli är ju många på semester eller ute och tävlar på olika håll. Tisdag och söndag är fasta träningsdagar i juli för dom som är hemma. Resten av träningarna blir s k **spontanträning** som lämpligen annonseras via Viljanet. Kan t ex se ut så här: i morgon tränar vi kl 19.30 vid Hjortberget, häng på! Eller: på söndag åker vi till Aboda Klint för långpass, avresa IP 09.00. (För det gjorde vi ju faktiskt!)

Kämpa på i sommarvärmen och glöm inte vätskebältet, bananen och gypadojorna!

Göran Svenson

## SKOGSPLANTERING GAV KLIRR I KASSAN



Årets skogsplantering avslutades den 19 maj kl 09.40. Sammanlagt har 25 personer varit med (Bernt och Stefan B var med båda gångerna!) och planterat 10646 plantor. För detta kan SOK Viljan fakturera AssiDomän 12 775 kr. Plantorna har satts med god omsorg och ett mer än godkänt kvalitetsmål uppnåddes. Bra jobbat! Tack allihopa för en bra arbetsinsats! Om intresse finns återkommer vi nästa år och då kanske vi kan variera med någon vardagskväll i stället för lördagar.

Göran Svenson



## GÖKOTTAN

Gökotta vid Göran II:s torp Gölhultet börjar bli en tradition vid det här laget. Själv var jag inte närvarande vid själva gökottan men man verkar inte ha hört någon gök, tyvärr.

Vinnaren i tipspromenaden var Ragnhild Lövgren som vann en gök i trä. Barnpriser delades också ut, i form av gökpipor. Dessa tilldelades John Sjösaeter, David Svenson och Kajsa Hermansson.

Träningen startade med sk. "polletrace", där förstasträcklöparna skulle springa iväg en bit och lägga en kartongbit med sitt nummer på i en hink för att få lite spridning. Men blev det det? Nej. Kavlen började med en massbom vid förstakontrollen. Först där var nog trion Stefan O, Leif C och Jonas S till slut. Själv hjälpe jag min gamle far (Göran) och farbror (Hasse).

2:a var en löpsträcka så där var ju pappa ifatt mig.

Vid varvningen efter halva banan (hela var 6 km) var jag lite efter Leif och Lennart (Kalén). Men eftersom jag var så himla trött så tappade jag dem.

Sen på slutet kom även Hasse ifatt mig och jag var hjälplöst sist.

I täten gick Marianne H, Jennie L och Torbjörn S ut. Torbjörn fick släppa så det blev en kamp mellan de 2 damerna. Det var till sist Marianne som drog det längsta strået tillsammans med Göran S.

Till sist vill jag tacka Göran II och Bengt-Åke för en mycket bra gökotta. Hoppas att denna trevliga tradition med gökotta och träning vid Gökhultet fortsätter.

Martin S



## RESULTAT FRÅN TRÄNINGSKAVLEN

1. Göran S / Marianne H
2. Melker P / Jennie L
3. Stefan O / Bengt-Åke
4. Jonas S / Torbjörn S
5. Hasse S / Göran G
6. Lennart Ka / Roland N
7. Martin S / Allan H
8. Leif C / Janne A / Mille



## SSM - LUND 2001

När var det dags igen. Vi åkte ner till Lund för att springa vårens stora tävling SSM. Med två bilat och en till buss nådde vi tävlingsplatsen. Efter en stund kom resterande smålänningar från stora smålandsbussen och invaderade området.

Vi fick trojor och sedan var det dags att åka inför dagens stora lopp!

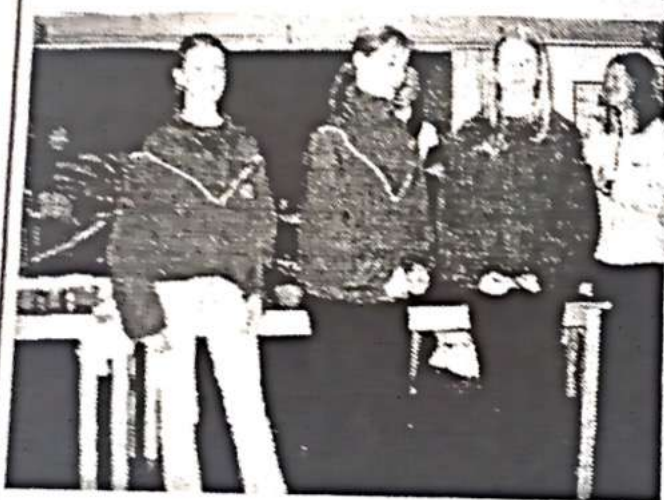
När vi sprungit visade resultaten att:

\* Henke O blev 10:a i H 14.

\* I D 14 kom jag 2:a, Kristin 24:a och Stina på en 30:e plats.

Av de som var 13 år kom Kristin på en 8:e plats och Stina närm placering efter. Ni ska veta att detta är en stor tävling, och bara från Småland var det cirka 15-20 uttagna i varje klass.

\* George blev 9:a 4 min. före Fredrik som slutade 25:a i H 16.



Jessan blev 2:a på den individuella tävlingen. Här i sällskap med 2:an Jennie Runesson från OK Vivill och Frida Bakkman från Lessebo OK.

Nu ville vi "hem" till förläggningen. Men det gick inte för Henke O och Fredde var fortfarande kvar i duschen. Ändå hade de startat bland de första!

Vi kom fram till skolan efter att ha gått lite fel....(orienterare,ha..)

Därefter gick vi och åt.

Efter att ha ätit och spelat lite basket/rugby var det prisutdelning.

Det visade sig att Småland ledde lagtävlingen.

Lagtävlingen är en tävling mellan distrikten.

Vi vann också en tävling på prisutdelningen, att heja högst!

Sedan hade vi några fria timmar innan samlingen för smålänningarna.

Då kollade vi bland annat på film och köpte godis.

Vid samlingen blev vi indelade i lagen till morgonens budkavel.

Sedan gick vi och lade oss (några i alla fall).

Jag var faktiskt överraskad över att jag och några tjejer till var de som var sist i säng. Till och med Fredrik sa att vi skulle vara tystare!

Efter att typ ha frusit ihjäl på natten vaknade vi väldigt tidigt.

TVÅ fönster hade varit öppna! (burr..)

Efter frukost bar det ut till tävlingen.

Vi kollade på starten och gick sedan för att byta om.

Det var H 14 som startade och vi i D 14 skulle springa efter dem.

Kristin och Stina sprang ut före mig, mitt lag låg ett par minuter efter täten.

Jag kom om många som sprungit iväg tidigare än mig, och missat.

Vid 5:an var jag först med Kristin hack i häl.  
Efter att ha gjort en stor bom på 4 min. kom jag in 1 min. efter Kristin, som var först i mål, och vann godis! ( Jippi!!)

Mitt lag slutade 2:a efter Halland lag 1.  
Fredriks lag kom på 12:e plats,  
Henke O:s på en 13:e,  
Kristins på 27:e plats och tyvärr blev det felstämpling på Stinas lag.

Jossan



*Småland vann vandringspriset. På bilden syns bl.a Henrik Olsson och Kristin Boman.*

## SKRIV-KRAMP??

Vi har inte fått in något bidrag till den nystartade "Skriv-Kampen"!  
Därför flyttar vi denna debattsida till internet för en mer aktiv debatt.  
Du hittar den på "Kampen" som du hittar under rubriken "Orientering".

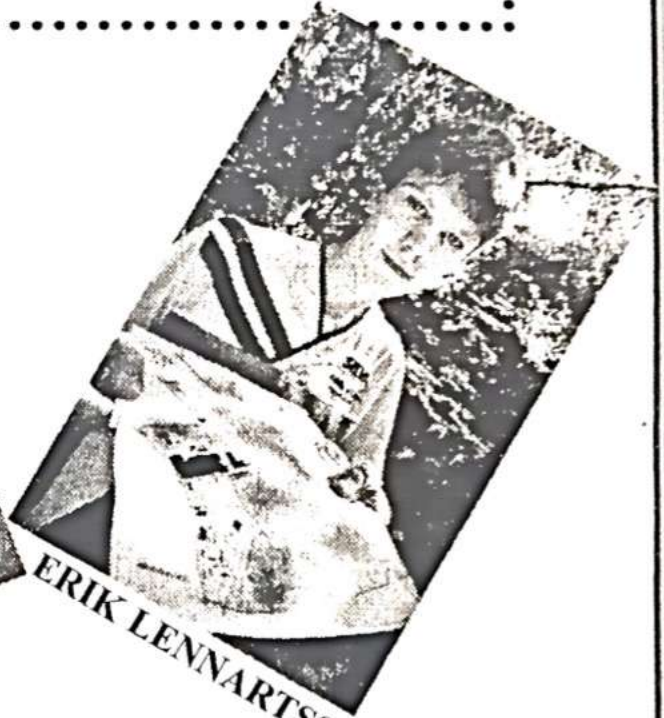
**SKRIV PÅ!**

MVH. Kampenredaktionen.

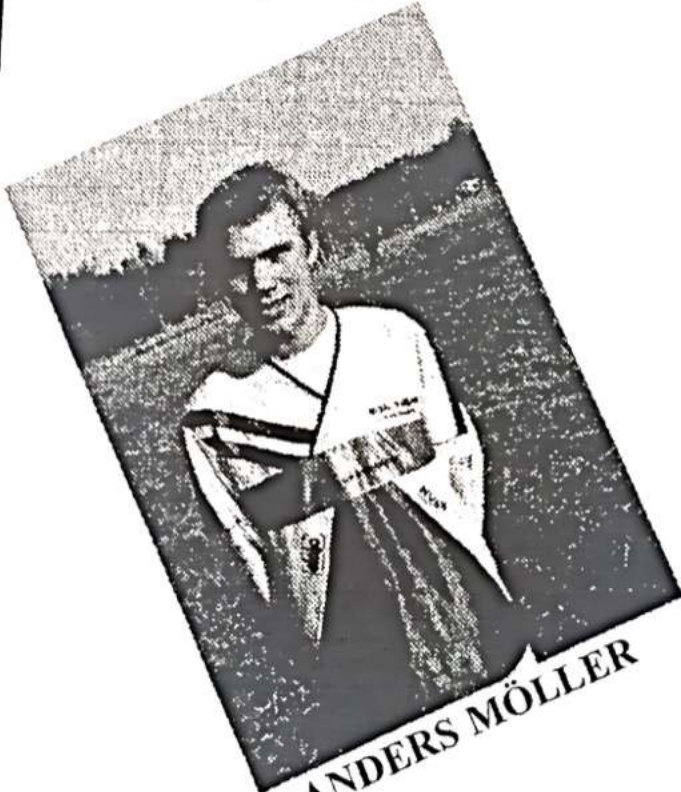
GRATTIS ALLA STUDENTER



IDA ANDERSSON



ERIK LENNARTSSON



ANDERS MÖLLER



MIKAEL KARLSSON



KARIN CARLSSON

## AGNETAS STJÄRNOR

Orionstjärnan  
Cecilia Nilsson som  
förde Viljans damlag  
i ledning i Hälsinge-  
kaveln på första  
sträckan.

Erik L & Henric C  
4:a resp. 3:a  
sammanlagt i Silva  
Junior Cup.

Sommarens  
5-dagars

Anna Svensson  
till  
Elitserien

Göran 2 & Bengt-Åkes  
Gökotta

Stugbyggarna med lysande  
stjärnan Rune Lord

Sista