

# KAMPEN



Klubbtidning för SOK Viljan  
Oskarshamn

Nummer 1  
2005



**Varför är Kristin så glad?**  
SVARET FÅR DU INNE I KAMPEN!

Äntligen har våren kommit. Även om det i skrivande stund fortfarande finns seg snö kvar i terrängen. Hur är det i läsande stund?

Många inställda tävlingar i början av säsongen. Den dagen jag anmälde mig till Åhus, vilket var sista anmälningsdag, var Österlen enda plätten i Sverige som var snöfri. Det gick dock över innan tävlingarna skulle gått av stapeln. Då var det snö i hela Sverige igen. Lustigt nog var det ända till veckan innan Vasaloppet för lite snö i Dalarna. Nu var det nog aldrig risk för att det skulle bli inställt och i grevens tid kom det ju också snö där. Detta nummer handlar åtminstone delvis om skidor eftersom vi i Oskarshamn haft den längsta vintern i mannaminne. Om ni undrar hur långt ett mannaminne är så hänvisar jag till Kampen nr 3/2002. Bl.a. har det varit ett skid-KM som Stefan Bergh skrivit om.



### Redaktörens sida

namn: "Hur har du det nuförtiden?" Först ut är den tidigare Kampen-medarbetaren Ida Andersson som numera pratar skånska.

Apropå det har vi fått en ny medarbetare också. Vi hälsar Åsa Bergfors välkommen i Kampen-kommittén.

OL-upptakt var det i stugan tisdagen den 29/3. Och då märktes det inte att vi tappat folk. Det var länge sedan jag sett så många i stugan på en tisdagskväll. Stefan C berättade om hur våren startat med debut i Blekinge på påsken för ett gäng Viljaner. Han berättade också om Viljans tävlingar 20-21/8. Upplägget av säsongen gicks igenom, glass bjöds det på och prisutdelningar hölls.

Vi har tyvärr förlorat flera av våra bästa orienterare på herrsidan och någon på damsidan inför säsongen. Men på damsidan har vi också fått en förstärkning. Vi välkomnar Frida Bakkman, tidigare tävlande för Lessebo. Förhoppningsvis är det en intervju med henne i detta nummer av Kampen. Jag tror på att värva tjejer. Då kommer det killar också så småningom...

Det och mycket mer kan du läsa om i detta nummer av Kampen. Skriv gärna till nästa gång. **Manusstopp blir torsdagen den 26/5.**

F. Knut

I början av året hölls en ledarkonferens i Ronneby Brunn. Roland N och Agneta K har skrivit om den ur olika synvinklar, båda positiva.

Ännu tidigare var John S ensam ute på ett långpass. Detta pass skildrar han och Stefan O också ur olika synvinklar, dock inte lika positiva, men väl så roliga...

Göran Svensson-serien är avslutad (åtminstone tills någon mer går med i Viljan). Istället börjar vi en ny serie med

Solen skiner, snön bara rinner bort och barmarksfläckarna i skogen blir större och större för varje dag. Nu är det vår! Vi lägger undan skidorna efter en hel månad med bra spår i anslutning till stugan. Det behövs inte många snökorn förrän Janne och skidkommittéen lyckas få ihop härliga spår. Gudrun gjorde sitt bästa för att sabotera – men inget kan stoppa skidfantaster. Tack för en härlig skidsäsong!



## LEDAREN

Snön har medfört bekymmer för arrangörerna av tipspromenaderna. Det är härligt att se att trots djup snö eller isgata så kommer det 100 – 200 och bara ska ut och klura på svaren till frågorna och kryssa bingot. Härligt!

Årsmötet har avhållits. I år testade vi att genomföra det efter träningen en tisdagskväll för att få flera deltagare. Ja – något bättre blev det men det känns inte bra att väljas in i styrelse och kommittéer när vi inte ens når upp till 10% deltagande från medlemmarna. Har vi legitimitet? Valberedningens goda arbete, handfast ledning av Manfred och förenings goda ekonomi gjorde sitt till att årsmötet klubbades igenom snabbt och smidigt. Jaha, tänker säkert du, vad hade jag då bidragit med om jag kommit? Det är nog problematiken i ett nötskal som de flesta föreningar dras med. Det mesta är tillrättalagt, problemen små så mötet blir en ren formalitet.

Så varför klaga på liten representation på årsmötet då det är ett positivt tecken, eller hur, men det vore ju trevligare för styrelse, sektioner, kommittéer och övriga funktionärer om de gick från mötet och kände en stor legitimitet som valda.

Åter till våren. Nu dammar vi av kompassen och ger oss ut i naturen. Lite synd att Gudrun har ställt till det i tävlings-programmet så det är inte en uppsjö av tävlingar inom rimligt avstånd för oss motionärer. Jag hoppas dock att vi deltar flitigt i de tävlingar som nu står för dörren och speciellt på sommarens 5-dagars i Småland. Till dig som aldrig deltagit på ett 5-dagars. Anmäl dig – det är en upplevelse utöver det vanliga! Ser fram emot ett rekordlångt långbord på c-orten i Skillingaryd i sommar.

Du har kanske läst i tidningarna att en hel del unga löpare och några äldre har lämnat klubben av olika anledningar. Lite trist för Göran och övriga ledare då det gäller att ta ut slagkraftiga lag. Det är dock inget att fokusera på nu utan att bara önska de som lämnat klubben lycka till i de nya klubbfärgerna samt för oss alla övriga att göra det bästa av situationen. Jag är övertygad om att vi kommer att få mycket att glädja oss åt. Jag säger bara juniortjejerna och bakom dessa finns flera duktiga ungdomar med John i spetsen som nu är första året i H16. John satsar hårt och har skaffat sig en personlig tränare.

Roland

# RAPPORT FRÅN RONNEBYKONFERENSEN

Styrelsen beslutade förra året att pröva ett nytt grepp avseende planering av klubbens verksamhet. Tidigare år har vi avsatt en lördag då vi samlats i klubbstugan eller någon annan plats för att följa upp verksamheten. Mot bakgrund av att vi också diskuterat olika former för "ledarvård" så blev det ganska naturligt val att kombinera planeringsverksamheten med ledarvårdsaktiviteter.

Efter att ha kollat upp lite hur andra klubbar genomför denna typ av verksamhet samt haft kontakter med Sisu om hur de kunde stötta denna typ av verksamhet så föll valet på Ronneby brunn och en konferens fredag kväll till lördag eftermiddag.

Ett program med följande målsättning spikades:

- I stort utvärdera årets verksamhet.
- I stort revidera klubbens verksamhetsplan.
- I stort diskutera sektioners/ funktionernas målsättningar och arbetsformer
- I stort revidera och utveckla långtidsplaner (5 år)
- **Jobba med tävlingarna (Aug 05, Smålandskavlen 07)**
- **Inventera och diskutera ledarfrågor.**

Därefter inbjöds hela styrelsen och hela Kart och Markkommittén samt två

representanter för varje kommitté och funktion. Eftersom vi tog helgen i anspråk samt att det också handlade om "ledarvård" så inbjöds också närstående att delta mot en liten självkostnadsavgift.

I mitten av januari så packade vi ihop oss i ett antal bilar och styrde kosan mot Ronneby. Tyvärr så lyckades vi inte att samla riktigt så många som vi tänkt utan det blev 16 deltagare. Det som var speciellt besvärande var att ingen från Kart och Mark kunde närvara så vi fick lägga om programpunkten att jobba med tävlingarna till att bli endast en informationspunkt.

Efter ankomst, inkvartering i dubbelrum mm så samlades vi i baren för att så småningom inta ett väl dukat bord och en utsökt middag. Det är verkligen trevligt att samlas på detta sätt och ha tid att umgås utan dagordning och avgränsad tid.

På lördagen samlades vi till frukost och därefter vidtog en gemensam diskussion om vad som varit bra och vad vi bör/kan utveckla av den under 2004 genomförda verksamheten. En mycket givande diskussion som gav oss alla både aha upplevelser och tankeställare. Vi hann också med att revidera våra målsättningar mm i verksamhetsplanen. Vi gjorde också ett break för bastu och simning i simhallen. Vi hann också med såväl fika som lunch innan det blev tid att diskutera hur vi ska utveckla verksamheten, inte minst hur vi bäst tar hand om våra ledare.

Dagen avslutades med en kort utvärdering av konferensen. En deltagare uttryckte det så att "nu har jag fått inspiration för att ta tag i den kommande verksamheten". Alla var överens om att det varit en mycket givande konferens där det funnits plats för både nytta och nöje, läs "ledarvård". Ingen tvekan om att denna aktivitet återkommer. Vi ska bara förbättra informationen och va ute i mycket god tid med datum så kommer vi säkert att

bli många fler.

Efter eftermiddagskaffe så gick resan åter till Oskarshamn där vi landade strax efter 18.

Kostnaden då? Ja, med de bidrag som samverkan med Sisu ger så är kostnaden för klubben mycket marginell för att inte säga försumbar.

Roland

## DRÖM ELLER VERKLIGHET?

Tänk att få tillfälle att i lugn och ro diskutera klubbens verksamhet över kommittégränser. "Brainstorma" med den egna kommittén. Promenera i vackra omgivningar. Ha tid för reflektion. Bubbelbada – vattengympa. Äta god mat. Koppla av från vardagen. Samtala om framtidsvisioner. Äta hotellfrukost.....  
Visst låter det som en dröm! Tro det eller ej men drömmen blev verklighet för oss som följde med på klubbens planeringskonferens i Ronneby. Roland är en härlig "teamleader" och han och styrelsen hade organiserat och förberett konferensen på ett proffsigt sätt. Från fredag kväll till lördag eftermiddag hade vi härliga intensiva samtal om



klubbens verksamhet med alla de ingredienser som nämns ovan. Alla vi som var där åkte hem glada och entusiastiska. Nästa gång (för det blir väl fler gånger?) hoppas vi att ännu fler är med!

Agneta Karlsson

## SKID-KM

Än en gång har vår herre varit med oss! Vi fick snö och den fick ligga kvar en längre tid på våra skidspår runt Viljans stuga. Söndagen den 27 februari gick denna viktiga tävling av stapeln (inte runt stapeln som i Vasaloppet).

Ett antal tappra skidåkare stakade sig runt de olika spåren, det var väl inte så där värst tufft att lyckas med bedriften att få kalla sig för klubbmästare för ett år framåt men heder åt dessa tappra kvinns och män som kämpade väl.



*Mysigt i  
vindskyddet  
under skid-KM.*

### RESULTAT SKID-KM

H10	2,5 km	1. Philip Olsson	28.10 min
H18	7,5 km	1. Henrik Olsson	31.40 min
H21	7,5 km	1. Tony Löfdahl	36.07 min
		2. Tord Hultberg	36.08 min
		3. Ludvig Jutterdahl	37.45 min
H40	7,5 km	1. Ulf Fransson	32.51 min
H45	7,5 km	1. Tomas Pettersson	40.50 min
H60	7,5 km	1. Jan Johansson	31.00 min
D14	4,5 km	1. Emma Fransson	24.06 min
		2. Linda Fransson	24.40 min

## SKID- OCH MOTIONSPÅR

Så har det nu gått ett år till och vi har alla blivit lite visare (tror jag), vi har även fått uppleva yrvädet Gudrun dra förbi och sätta sina spår. Skidsektionen utförde ju under det gångna året lite förändringar på vårt spårssystem runt stugan, den berömda matematiska ÅTTAN kom till. Nu tänkte vi fråga er som använder dessa spår, HUR BLEV DET? För det var ju tänkt som en test att prova detta med ÅTTAN ett år.

Vi vill ha in åsikter om detta, blev det bra? Skall vi göra något ytterligare? In med era åsikter.

Vi kan väl sätta upp en låda i eller utanför stugan där ni kan lägga era åsikter, men märk dom med namn så att vi kan ta kontakt med vederbörande.

Ha en skön vår  
Skidsektionen



Skidsektionens Stefan Bergh firar att snön kom till sist...



## HUR HAR DU DET NUFÖRTIDEN?

*Under denna rubrik kommer vi att intervjua utflyttade Viljaner eller f.d. Viljaner som vi inte träffat på ett tag. I första numret frågar vi Ida Andersson.*

**Hur har du det nuförtiden?**

Rätt så bra, själv då?

**Jo tack, men nu var det ju inte jag som skulle intervjuas...**

**Var bor du?**

I Lund.

**Vad gör du?**

Läser till läkare.

**Trivs du?**

Ja det passar mig rätt bra. Praktiken tycker jag mycket om, men annars är det mycket teori nu i början.

**Motionerar du något?**

Ja, backintervaller(!), innebandy och styrketräning.

**Hur har du det med kärleken?**

Hinner inte så mycket mer än att plugga och träffa kompisar.

**Är du singel?**

Inga kommentarer, hihi, skriv så, så undrar folk...

**Vad är det bästa med att bo i Lund?**

Lätt att få kompisar med liknande intressen.

**Vad är det sämsta med att bo i Lund?**

Låtsasvärld med medelålder 25 år. Bara studenter. Ingen skog eller hav i närheten. Långt att åka om man vill orientera.

**Händer det att du saknar Viljan?**

Ja det gör det särskilt på tisdagskvällar när jag sitter och pluggar.

**Något annat du vill tillägga?**

Jag kommer hem till Oskarshamn i sommar och ska jobba på äldreomsorgen. Då hoppas jag få träffa er alla.



Kampenredaktionen tackar Ida för intervjun och önskar lycka till med studierna.

F. Knut



## Om ÅGHÄLL

Härna hälsar från H. Hagen i den  
svechligt reviderade Färdhög som har  
samtliga åren utpräglad med  
sitt utseende och har på det sättet blivit  
helt ny. Den har blivit utpräglad och  
dela denna för varje åren. H.  
De på tilldelat namn till Färdhög  
samtliga åren utpräglad som  
helt ny. H. Hagen i den

med Färdhög Färdhög i den  
samtliga åren utpräglad som  
helt ny. H. Hagen i den  
samtliga åren utpräglad som  
helt ny. H. Hagen i den  
samtliga åren utpräglad som  
helt ny. H. Hagen i den



## VILYFTER PÅ HATTEN OCH SÄGER GRATIS TILL...

Monica Järnsten - 5/2 för 14/3  
Sofia Berg - 5/2 för 13/2  
Ethel Weman - 5/2 för 24/2  
Karin Nilsson - 5/2 för 13/1  
Sofia Petersson - 4/2 för 11/2  
Greta Svensson 17 - 4/2 för 9/1  
Therese Hultberg - 2/2 för 9/2  
Jenny Lind - 2/2 för 14/3  
Agnes Nilsson - 2/2 för 11/5

Carola Carlén - 2/2 för 9/1  
Mathias Carlén - 2/2 för 1/2  
Fredrik Carlén - 2/2 för 2/2  
Marta Nilsson - 2/2 för 11/2  
Karin Nilsson - 1/2 för 11/1