

KAMPEN



Klubbtidning för SOK Viljan Oskarshamn • Nummer 2, 2012

OSKAR HÖGST PÅ PALLEN



Oskar Lind har fått en bra start på årets Vetlanda Team Sportia Cup och leder H 16 efter vårens tävlingar.

Hemsidan: www.sokviljan.se

Våren gick fort och vi står redan på tröskeln till sommaren. Kampens andra nummer för året kommer här med lite smått och gott sen sist. Vi speglar förstås vårens orienteringstävlingar i ord och bild. Jag fick själv i uppdrag att berätta om den resa som jag företog för de födelsedagspengar som jag fick av klubbkompisarna. Detta sker med början på sidan 10. Vidare blir det inslag från den gångna säsongens gympa, en lyckad resa till Lämmeltåget, samt bilder från vårens tävlingar och ungdomskursen som nyss tagit sommarlov. Men vi glömmer inte skidorna, det är inte så långt kvar till nästa säsong... Därför kommer en inbjudan till repris av årets lyckade Vasaloppsresa.

Jubilarer har vi i massor denna sommar och höst, dom hittar du som vanligt på sidan 19. Veteranernas vandringar är ett stående inslag, så även denna gång. Veteranerna gör mycket nytta också, bygger tält till våra tävlingar och i år även till Scaniamilen och Scaniadagen, vilket ger lite klirr i kassan till klubben. Som om inte det vore nog har många dessutom hjälpt till att tvätta och måla om klubbstugan. **STORT TACK FÖR DETTA!**

Jag avslutar redaktörens sida denna gång med en lite annorlunda upplevelse från tävlingsfronten, Orions sprinthelg. Efter en lång skadepериод har jag nu så smått börjat springa och tyckte det kunde passa bra med några korta intensiva pass. På lördagen springer man två sprintlopp och i det andra är det "omvänd jaktstart", så att den som leder startar sist. Tävlingarna gick i



Lyckeby och första etappen var i stort sett en ren stadssprint med villa- och hyreshusområden. Jag fick till ett nästan perfekt lopp och höll så pass fart att det räckte till etappseger i H 60 med 24 sekunders marginal. Efter några timmars vila var det på eftermiddagen dags för etapp två, då jag alltså fick starta sist. Även denna etapp var till stor del stadssprint men avslutades i ett ekskogsområde med en del ängar. Jag inledde bra även här

och hade ledningen sammanlagt vid varvningen. Strax efter fick jag rygg på Leif Sandgren som startat minuten före mig, alltså tvåan på etapp 1. När vi kom in i ekskogen kom jag allt närmare och vid tredje sista kontrollen såg jag honom stämpla och kände segervittring. Men nu hände det som inte var lika kul. Jag rusade mot näst sista och vidare mot sista och mål, speakern utropade mig som segrare med bred marginal. Leif kom långt efter i mål och när vi började jämföra vägval visade det sig att jag hoppat över ett förbjudet fårstängsel och tjänat cirka 40 sekunder. Så det var bara att gå till sekretariatet och diska sig själv! Till mitt försvar får väl sägas att det inte var medvetet fusk. Där jag passerade stängslet var det en liten trappa och i stressen på slutet glömde jag att det stått i PM att hela stängslet var förbjudet att passera utom på markerade genomgångar. Att kontrollringen dessutom täckte stängseltecknet (och de två taggarna) gjorde det ju inte enklare. Lite synd att det slutade så men regler är regler så det var inte mycket att diskutera. Stefan Larsson (som vann) och jag konstaterade att det troligen blivit sekundstrid om totalsegern om jag sprungit rätt väg.....

Göran Svenson

LEDAREN

Vart tog våren vägen?

Som vanligt ställer man sig frågan, hur kan det gå så fort? Varje år njuter man i fulla drag när löven slår ut och ängarna med sina maskrosor färgsätter dagen.

Orienterandet har varit i full gång och många fina prestationer har gjorts. Spannet är stort, från Emma 8 år till Allan 79, där Allan varit den som tävlat flitigast. Bland våra elitungdomar ser vi en Oskar som tagit ett steg till, stabilare orientering och mer fart gör att han toppar Smålandscupen efter våren.

Vi har åter varit i Havslätt med ett OL-arrangemang. En trevlig tävling i vackert väder med TC på campingplatsen. Precis som förra året är vi besvikna på deltagarantalet, något vi får vänja oss vid då vi inte har något särskilt att locka med förutom bra kartor och härlig terräng. Nästa höst stundar Smålandskavlen igen, så det blir åter en kraftsamling för klubben. Första mötet för en mindre grupp är planerad innan semestern.

Vid vår klubbansläggning Lingham görs ett stort jobb av i huvudsak våra pensionärer. Många timmar har lagts ner under våren med att måla om stugan. Dessutom har man sett till att tält rests och rivits vid 2 st Scania-arrangemang + vår egen tävling. Klubben bugar och tackar för det fina arbete de daglediga uträttar. En som nämnts som flitmyra när jag stämt av med gubbarna är Eva-Britt. Inte nog med välplanerade ungdomsträningar utan även stort engagemang i måleriet.

Jag blir glad på tisdagarna när man kommer till stugan. Parkeringen full, ungdomar överallt



samt många ledare som jobbar med att styra upp det hela för att det skall bli en lyckad träningskväll. I köket styr Gunvor med nybakade bullar samt saft som skall serveras efter fullbordad träning. Det är klubbkvalitet när den är som bäst.

På 5-dagars i Halland är närmare 50 st anmälda från klubben, därav många från det yngre gardet. Roligt att de yngre fyller på och att generationsväxlingarna på detta arrangemang fungerar. I skrivande stund är vi inte anmälda min lilla fru o jag. Krämporna håller i och vi är kluvna hur vi skall agera.

Vi kommer säkert att sakna gemenskapen om vi stannar hemma och måste följa er på avstånd. Ha nu en riktigt härlig sommar med mycket bad, tävlande m m.

Stefan



Benjamin Sturek spurtar mot en femteplats i Gränssens cup-tävling. Benjamin går från klarhet till klarhet och ligger nu 6:a totalt i Vetlanda Team Sportia Cup i H 14-klassen.

SKIDOR

VASALOPPSRESA!

Årets Vasaloppsresa blev succé och många vill anta utmaningen nästa år igen. Kul tycker vi!!

Vi har fått önskemål om att kombinera Tjejvasan (lördag) med Kortvasan (fredag) istället för Öppet spår (söndag). Därför gör vi som förra året vid den här tiden, går ut med en intresseanmälan där du fyller i ditt namn och vilket av de tre loppen du är intresserad av att åka. Sedan kommer vi ta ställning till vilka lopp vi kommer att satsa på. Blir det många som anmäler sig, går det ju att dela på oss, så en del åker till Mora torsdag till lördag (Kort- och Tjejvasa) och en del åker fredag till söndag (Tjejvasa och Öppet spår).

Anmäl ditt intresse senast 31 augusti. Lista hänger som förra året på anslagstavlan i stugan, det går också bra att maila till maria.rindstig@skola.oskarshamn.se

Hoppas att just DU vill hänga med!! ☺

Hälsningar Maria och Manfred



BILDSVEPET



Ovan en bild från ledarnas planering av ungdomskurserna, fr v Maria, Anna, Tord, Marie och Annica. Nedan från pizza-tid under vårläggret i Växjö, fr v Malin, Veronika, Elisabet, Benjamin och Mattias.



KLUBBINFO



Oskarshamn 26–27/10 2013

BINGOLOTTO

Stöd SOK Viljan med en prenumeration av BINGOLOTTO

Prenumeration innebär att den som prenumererar får sina lotter hemskickade direkt från Folkspel och betalar direkt till Folkspel.

Som prenumerant har man vinstbevakning som gör att man aldrig missar en eventuell vinst.

Anmäl dig via webben www.folkspel.se/bingolotto/tv-programmet/prenumerera/ eller blankett i stugan.

Viljans kundnummer är **32001565**.

Klubbstugan har målats om under våren. Här ses Karl-Erik och Lennart på skyliften. Stort tack till alla som ställt upp och jobbat!



KLUBBINFO

KLUBBMÄSTERSKAP I ORIENTERING

KM i orientering avgörs den 16 september i Sevedstorp ("Bullerbyn") öster om Mariannelund. Det är samtidigt Tjustmästerskap och arrangör är Vimmerby OK. Kartan användes vid Smålandskavlen i höstas.

Enligt årsmötesbeslut fortsätter vi med handicap-systemet för HD 40 och äldre. Inbjudan med banlängder och klasser kommer på hemsidan.

Hyra av klubbstugan

Följande priser är fastställda av styrelsen 2011-09-12:

Medlemmar	300 kr/dag
Föreningar	600 kr/dag
Företag	1000 kr/dag

Utöver ovanstående tillkommer:

Dusch och bastu	300 kr/dag
Övernattning	30 kr/person

Bokning: Göran Svenson, 049113448@telia.com, mobil 072-5339777. Uppge fakturaadress och kontaktperson.

Nyckel hämtas hos: Rune och Gunvor Lord, Rödslevägen 15, tel 14550.

Städning: Rum, kök och toaletter som använts skall städas senast kl 08.00 dagen efter om det finns en aktivitet inbokad, annars senast kl 11.00. Vill man slippa städning debiteras 500 kr.

UNGDOMSTRÄNING HÖSTEN 2012

Ungdomsträning i orientering har nu tagit sommarlov men snart börjar vi igen. Den 21 augusti kl 18:00 kör vi höstens första träningspass vid stugan. Hösten rivstartar sedan ordentligt med tävling i Målilla på söndagen den 26 augusti och vill du springa tävlingsklass tex D10 eller H12 så ska man anmäla sig cirka en vecka innan. U-banor, inskolning och öppna banor går som vanligt att anmäla sig på plats.

Sedan vill vi tacka alla som gör ungdomsträningarna till en sprudande kittel av glada barn och ungdomar.

/Ungdomsledarna.

LÄMMELTÅGET - VILKEN SUCCÉ

Lördagen den 12 maj var det dags för årets klubbresa för Viljans ungdomar. 42 barn och vuxna satte oss i en buss och åkte till Lövhults friluftsområde utanför Nässjö. Där skulle vi springa Lämmeltåget, en stafett med tre olika klasser.

”Det här var den bästa dagen i mitt liv” var den någon som sa ☺. Ett GOTT betyg på en toppenresa!

TACK alla inblandade!

/ Maria

Viljan ställde hela sju lag på startlinjen, 4 lag i klass B och 3 lag i klass C. Det var underbart att följa lagen genom tävlingen. Nummerlappsutdelning, lagfotografering, uppladdningen, full fart till startpunkten, lämmeltåget av orienteringsungdomar längs banan, spurten in till mål och kompisarnas och föräldrarnas ivriga hejarop!! Viljanflaggorna vajade överallt och stämningen var på topp!



Efter stafetten var vi alla hungriga och tog in på en pizzeria inne i Nässjö. Pizzerian blev full, så när som på en plats och bli inte förvånade om Viljan kommer med på någon reklambild eller reklamfilm framöver. Personalen filmade oss – aldrig hade det väl varit så fullt där förut!

Ovan väntar Elin, Tuva och Daniela på växling och nedan ses hela gänget på plats i Lövhult, Nässjö.

Nu var batterierna laddade för nästa aktivitet, bowling! Barnen fick så klart börja spela och eftersom vi bokade banorna en timme trodde vi vuxna att vi skulle få slänga några klot på slutet. Men ”icke sa Nicke”. Det var väl ingen som tröttnade, snarare tvärtom, de ville bara spela mera och mera.....

Nöjda, glada och trötta åkte vi sedan hem mot Oskarshamn igen.



TÄVLING I HAVSLÄTT



Viljans medeldistanstävling i Havslätt den 6 maj samlade till slut nästan 300 deltagare, då oväntat många valde direktanmälan. Veteranerna byggde tält med van hand.



FÖDELSEDAG I POLEN

Får börja med att tacka för presenten än en gång! För den som inte minns så fick jag en fin present på 60-årsdagen av klubbkompisarna i Viljan. Genom en summa pengar kunde jag välja på olika resor och idrottstävlingar att titta på eller delta i. Det fanns mycket att välja på denna fullspäckade vår men av olika anledningar blev det till slut ett ganska enkelt val.

* SM-final med HV 71 i Kinnarps Arena, HV åkte ut i kvartsfinal så det blev aldrig aktuellt, hann dock se några elitseriematcher under säsongen, bl a utomhusmatchen i samband med HV:s 40-årsjubileum och det historiska derbyt borta mot Växjö.

* Lyx-weekend på Hotell Åhusstrand i samband med Sverige-premiären i orientering, efter min knäskada (operation i september som jag skrivit om tidigare i Kampen) var jag inte redo att börja springa på allvar i mars

* Fotbolls-EM i Ukraina/Polen, som alla väl vet är jag mest intresserad av ishockey men ser även en del fotboll, till Polen kom jag dock i annat ärende (se nedan)

* En speedway-resa till Cardiff ska det bli i augusti, men den betalar jag själv

* Ishockey-VM i Globen, dit kom jag ändå, tack vare en present från nära och kära (Martin och jag hade en super-helg med fyra VM-matcher)

* O-ringen i Halland, kanske det blir men i så fall 2-days difficult, vågar mig inte på att springa fem dagar på en vecka – än....

*efter en del funderande och en hel del träning på gymmet bestämde jag mig för

....Baltic cup orientering i Polen i pingst.

Tobias Borger, Kalmar OK, med enormt mycket kontakter inom och kunnande om polsk orientering, ordnade sin åttonde resa till Baltic cup. Viljan hade en klubbresa dit 2006 och sen har vi varit några viljaner med 2009 och 2010. Nu kände jag att det var dags igen. När jag blev ”utskriven” av min sjukgymnast i början av april fick jag förhållningsorder om att springa var tredje dag och fortsätta med styrketräning på gymmet. Det fungerade bra och jag gick runt Nybros, Växjös och Njudungs tävlingar och sprang första gången OK Gränsens tävling 28 april. Det blev en andraplats och jag kände att orienteringen satt där och det gick tillräckligt fort. Visst fick man gå i dom branta backarna men det var ju bara bra....enligt sjukgymnastens råd. Lyckades vid gång-tävlingarna undvika sistaplatsen de flesta gånger. Fortsatte valborgshelgen med promenad i Aneby och Tenhult för att



avsluta med att springa (och en ny andraplats) i Huskvarna, men där var det en grym terräng både vad gäller kupering och framkomlighet så där blev nog helt enligt ordinationen, dvs mer gång än löpning. Härligt i alla fall att vara tillbaka och kunna vara med på tävlingar igen!

Nåväl, jag anmälde mig till Polen, lite på chans och insåg att det skulle bli svårt att springa bara var tredje dag när man åker på en 3-dagarstävling... .dessutom en extra sprint en dag! Men det kändes bra hela maj och jag kunde träna lite löpning och lite kontrollutsättning, dock mindre i gymmet p g a tidsbrist (vi pensionärer har ju alltid mycket att göra...). Jag fick dispens av reseledare Tobias att bestämma mig sent men min anmälan stod kvar och till slut kom vi iväg, Allan och jag från Oskarshamn den 24 maj. Färjan gick från Karlskrona kl 21. Totalt var vi ett 20-tal med på Borger-touring, flest från Orion och Kalmar.

Polen-resan blev en fin resa och en härlig orienteringsupplevelse. Tobias är duktig på att hitta trevliga hotell och busstransporterna funkar alltid klockrent. God mat och dryck är det också alltid. Den här gången bodde vi på Hotell Victoria i Wejherowo, väster om Gdynia. Hotellet hade en spa- och badanläggning vilket var skönt eftersom det ofta saknas riktiga duschar på tävlingarna. Till tävlingarna var det bara en kvarts bussresa och gångavstånden var minimala, 300 meter till TC och mellan 20 och 300 meter till start alla dagarna! Andra dagen var det så nära till start att det blev trångt på stigen till start (omgiven av mörkgrön tätskog) och man fick stå på TC och vänta på sin tur. Polackerna är duktiga på att arrangera, det ser ofta lite enkelt ut men det viktigaste fungerar och det är huvudsaken. Att markan serverar grillat kött och korv samt öl gör ju inte saken sämre.

Själva tävlande brukar alltid bjuda på fin terräng och fina kartor. Så även i år, även om det var mindre kupering (bara 70 m stigning de två första dagarna) men 190 m sista dagen kändes med tanke på begränsad konditionsträning de senaste två åren. Första dagen var dessutom lite "bushigare" än vanligt. Sista etappen var å andra sidan helt magnifik med fin bokskog och rejäla sluttningar med riktiga vägvalssträckor där man skulle försöka undvika onödiga klättringar. Det var skönt att känna att orienteringstekniken fungerar bra även i löpfart, under vårens "gångtävlingar" har det ju inte varit så svårt att spika kontrollerna... Resultatmässigt får jag vara helt nöjd med totalseger och två etappsegrar i H 60. Får väl erkänna att jag hade lite tur också, finländaren som blev tvåa sprang betydligt fortare men bommade en del. Efter drygt halva banan sista dagen ledde han med 5 minuter men bommade 2x3 minuter så jag kunde avgöra till slutseger med 41 sekunders marginal. Allan blev totaltvåa i H 75 efter att ha varit i ledningen inför sista etappen. Alla i täten bommade rejält sista dagen men slutsegraren från Orion bommade minst.

Det blev en intensiv pingsthelg med 4 tävlingar på ett och ett halvt dygn. På lördagseftermiddagen



var det sprint i Wejherowo centrum, både intressant och annorlunda med många gränder och komplicerade vägval. Både Allan och jag fick springa i H 40 som var äldsta klassen. Jag gjorde en rejäl bom, räknade fel på ett par kvarter och letade i fel gränd, vilket kostade ett par minuter. Sprinten ingick inte i 3-dagars, vilket kanske var

tur.

Slutligen, än en gång – tack för den fina presenten! Det bästa med den här våren är nog ändå känslan av att kunna vara med igen, nu får vi hoppas att det håller över sommaren så kan det bli en riktigt rolig höst! Och förhoppningsvis var detta sista kapitlet om min långvariga skadeperiod....

Göran Svenson (äntligen springande igen....)



ÅRETS FÖRSTA DM-MEDALJER

Årets första DM-medaljer har inkasserats och detta vid två urpremiärer. Våge Rindstig och Sven Mikkelsen ställde upp på historiens första DM i mountainbike-OL och Våge vann H 40-klassen. Hasse och Göran Svenson tog silver i H 55 i första DM-sprintstafetten någonsin.



VILJANGYMPAN 2011/2012

Det har inte varit några stora förändringar på säsongens gympan. Vi startade i oktober, varannan vecka stationer, varannan vecka Melodifestivalgympan. Tords hinderbana hann vi också med en gång i höstas. I snitt har vi varit ca 40 personer varje gång.

Sista gången innan jul var det dags för mig och Marie att köra den traditionella julgympan. Många små tomtenissar tågade ut med oss till "Tänd ett ljus och låt det brinna". Julstämningen infann sig och nissarna bjöd alla på clementiner och pepparkakor efteråt.

I slutet av februari släpptes då äntligen den nya

tid och kraft att förbereda och hålla i gympan varje vecka. Men en sak ska ni veta, för mig är det värt varenda minut! Det ger mig så mycket energi och glädje tillbaka!

Vi kör väl till hösten igen?

Maria



Melodifestivalskivan. Just den dagen var vi på väg hem från Tjejvasan och en lång bussresa väntade. Skivan inköptes på en mack och tillsammans lyssnade vi igenom låtarna och föreslog övningar. TACK alla tjejer för hjälpen! Det nya gypaprogrammet blev klart och vi hann med att köra det 3 torsdagar innan det var dags att byta gypaskorna mot OL-dojjorna. Det tar mycket



BILDSVEPET



Mycket vinrött och vitt i skogen under ungdomskurserna (till vänster). Nedan segrande laget i avslutningsstafetten; Linnéa, Oskar, Elin, Sven (lagledare), Markus och Emil. Ovan får barnen i knattegruppen träffa Trollmor i skogen.



BILDSVEPET



Petra Olejnik spurtar in som 12:a i Gränsens cuptävling och ligger 14:e totalt i cupen. Till hösten väntar studier vid OL-gymnasiet i Olofström.

Oskar Lind i Smålandslagets jacka blev 4:a vid SSM i Hjärnarp.



BILDSVEPET

Viljan hade tre lag med i Herrgårdsstafetten som återkom efter ett års uppehåll. Till höger ungdomslaget med Filip, Benjamin, Emma, Oskar och Pontus. Nedan det yngsta laget med Isak, Jonathan, Elin, Elisabet och Mattias.



VETERANERNA



VETERANERNA



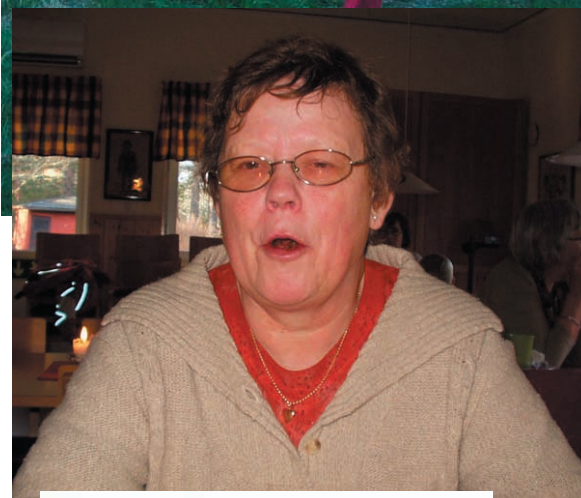
Veteranernas vandringar fortsätter samla stora skaror. På sidan 17 en utsiktsbild vid Aboda Klint och under en paus på vårens långvandring på Ostkustleden mellan Mörtfors och Krokstorp (eller omvänt). På den här sidan har Görän hittat sin egen väg och nedan en gruppbild från Aboda med över 30 man.



JUBILARER

40 år

Namn	Fyller	Datum
Göran Karlsson	90	26 juni
Karl-Erik Magnusson	70	29 juni
Katarina Gustafsson	60	18 juli
Jan Johansson	70	27 juli
Tony Lövdahl	40	31 juli
Niina Nordlund	40	2 augusti
Magnus Pettersson	40	3 augusti
Ronja Segerlund	20	9 augusti
Tommy Bakkman	60	12 augusti
Kerstin Nilsson	70	24 augusti
Tina Bakkman	60	26 augusti
Helen Bergkvist	40	31 augusti
Anna Svenson	30	31 augusti
Lars Ahlström	60	7 september
Sören Larsson	70	17 september
Ulla Nilsson	70	20 september
Ragnhild Lövgren	70	26 september
Håkan Almqvist	50	2 oktober
Ulf Eveborn	70	9 oktober
Jonas Harrysson	40	10 oktober
Emma Fransson	20	17 oktober
Linda Fransson	20	17 oktober
Lars Johansson	70	22 oktober
Dag Stenfelt	80	27 oktober
Ulrika Ringström	40	31 oktober



GRATTIS!

70 år



70 år



40 år



Klubbmästare i terränglöpning 2012, fr v Marie Mikkelsen, Christofer Fogel, Våge Rindstig, Theo Lövdahl, Elisabet Mikkelsen, Emma Rindstig, Mattias Lindström, Benjamin Sturek, Axel Eveborn, Kent Petersson, Christina Eveborn.

Manusstopp till nästa nummer av Kampen är **1 oktober.**



Oskarshamn 26–27/10 2013