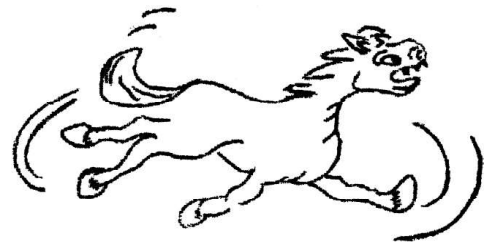


KAMPEN



Klubbtidning för SOK Viljan Oskarshamn

Nummer 2, 2019

10-MILA I SKÅNE



Viljans två ungdomslag vid 10-mila i Glimåkra. Bakre raden fr v Johan Hansson, Olle Erlandsson, Klara Hultberg, Emma Rindstig. Främre raden fr v Vendela Sturek, Theo Lövdahl, Emil Kreutner, Stina Lind.
Läs mer om 10-mila på sidan 7.

Redaktörens och ledarens sida



Midsommarnumret av Kampen har du nu i din hand eller digitalt i din dator, ipad eller mobil. Vi förbereder oss för ett stort arrangemang i september, USM, som tävlingsledare Åsa skriver om. Om tre år är vi med och arrangerar O-Ringen

Smålandskusten 2022, ett jätteevenemang som kommer att sätta avtryck i klubben, staden och regionen. Det börjar nu hända mer och mer och när projektledare Linda är på plats i oktober blir det full fart framåt. Den 4 juli är vi återigen med och arrangerar Oskarshamns Stadslopp och samtidigt pågår Hittaut där på tredje året återigen närmar oss 100 registrerade deltagare och Naturpasset cykel.

I övrigt i det här numret skriver våra duktiga ungdomar om tävlingar och läger som varit under våren. Ett stort antal jubilarer firar vi, alltifrån 10 till 90 år och vi gratulerar särskilt vår tidigare ordförande Bo Hasting som fyller nittio i juli. Vidare berättar vi i ord och bild om terräng-KM, vårens

ungdomsavslutning, sprint-DM, veteran-SM, Lämmeltåget och Herrgårdsstafetten med fem Viljanlag på startlinjen. Samtidigt gratulerar vi Ulla Nilsson som nyligen sprang sin 1000:e tävling som den sjätte Viljanen att nå drömgränsen.

I nästa nummer hoppas vi kunna summera ett toppen-USM, många DM-medaljer och allt annat som hänt under sommarens O-Ringen i Kolmården och mycket annat. Kampen nummer 3 kommer i slutet av oktober och därför behöver vi just ditt bidrag i form av text, bild eller tips **senast den 15 oktober.**

/Göran

Smutsiga och lyckliga ungdomar efter vårens höjdpunkt, mossfotbollen.



Kampens redaktion består av: Göran Svenson, Anna Hansson och David Svenson. Material skickas med fördel till redaktören på ordf@sokviljan.se.



Gympaupprop!

Hej!

Nu har jag varit gympaledare i många många år och älskar uppgiften! Tyvärr är dock mina höfter dåliga så jag kommer att ha svårt att fortsätta. Är så tacksam att Stina och Alfred har hållit i toppenbra Tabata var tredje vecka men nu behövs det fler som kan hjälpa till! Är du sugen på att testa, hör av dig! Jag hjälper gärna till med program, övningar m m om det behövs.

// Maria

Glöm inte att registrera närvaron i era **LOK-grupper** nu när vi närmar oss slutet av juni. Samtidigt är det dags att slutredovisa om ni har **lärgupper** som går halvårsvis. Man kan sedan starta upp en ny efter sommaren.

Ulla Nilsson gjorde sin 1000:e tävling vid veteran-SM sprint den 7 juni. Hon är den sjätte i klubben att nå drömgränsen. Ett hederspris väntar vid nästa årsmöte. **GRATTIS!**

natur  **Passet**

Naturpasset cykel i området mellan Djupeträsk och Århult, Hittaut i Oskarshamn och Naturpasset i Böda Sand pågår alla med full fart hela sommaren.

 **hittaut**
oskarshamn

natur  **Passet**
Ölandskartor
BÖDA SAND

Utmaning:

***Vilken förening har flest deltagare i
Oskarshamns Stadslopp?***

Oskarshamns Stadslopp har blivit en tradition torsdagskvällen före Latitud. Vad vore mer festligt än att **alla föreningar** i Oskarshamn visar upp sina idrottare på Stadsloppet? Gå, lunka, löp – vilket ni vill – men visa upp er förening och hur många ni kan ställa på benen – ja till och med rullstol om det passar bättre. Extra kul och festligt är det om man ställer upp i sin klubbdräkt/matchställ för att sätta extra färg på Oskarshamn denna festhelg!

IKO:s SHL-spelare mot AIK:s superettanjägare eller OSK:s snabblöpare, vilka är snabbast?

Anmälan senast 2 juli – men börja träna redan nu!

Kom ihåg också att det är ett välgörenhetslopp där allt överskott går till Majblommeföreningen i Oskarshamn.

**OSKARSHAMNS
STADSLOPP
4 JULI**

O-Ringen Smålandskusten 2022

O-Ringen Smålandskusten 2022 är nu bara drygt tre år bort. Vår projektledare Linda Tufvesson har varit på besök några gånger under våren för att träffa blivande funktionärer och kommunala tjänstemän. Hon börjar sin tjänst officiellt den 1 oktober men har alltså börjat så smått att sätta sig in i konceptet och skapa lite kontakter. I slutet av april var det möte med i stort sett alla kommunala chefer som är berörda. Då tittade hon även på föreslagna arenor samt den blivande O-Ringenstaden i Döderhultsdalen och hade ett möte med funktionärsföreningarna i Viljans stuga. I mitten av maj

deltog hon på Smålandsidrottens idrottsfrukost och höll ett föredrag för Rotary. I slutet av juni ska vi träffa Rödsle BK och Skogens IF som är berörda av O-Ringentorget. Intresset är stort både i de kommunala förvaltningarna och bland allmänheten. Samordnare i kommunen blir Morgan Olsson, tidigare räddningschef i kommunen, och som sprungit orientering och åkt skidor för Viljan för många år sedan innan han flyttade till Jämtland. En stor delegation från kommunen och Attraktiva Oskarshamn kommer att vara på plats i Norrköping under tisdagen och en del ytterligare någon dag. När Linda tillträder i oktober blir

hennes två första uppgifter att bilda en ledningsgrupp med 12 olika ansvariga för delområden samt att börja teckna avtal med markägare för etappernas arenor, vägar och terräng. I ledningsgruppen ska följande ansvariga ingå: **Tävling, Resor, Boende, Upplevelser, Ekonomi, Funktionärer, Marknad, Sälj, IT, Service, Miljö, Deltagarservice.** Linda vill gärna att man anmäler intresse för dessa uppdrag (som sker ideellt) till henne på mejl linda.tufvesson@oringen.se. När det gäller arenor och tävlingsområden finns det några förslag men inga kontakter med markägare har tagits och därför offentliggörs inte dessa förrän avtal tecknats i slutet av året.

Under O-Ringen Kolmården vecka 30 ska vi funktionärsföreningar bemanna vår monter på O-Ringentorget. Attraktiva Oskarshamn står för innehåll och design av montern och föreningarna ska bemanna med två personer åt gången i 2-3-timmarspass. Information om vad vi ska informera om kommer att lämnas innan vi åker till Norrköping. I det preliminära bemanningsschemat har Viljan lördag 20/7 kl 16-19 och söndag 21/7 kl 16-19. Första etappen är på måndagen.



SSM i Växjö



Stor Viljan-trupp på SSM i Växjö. Axel, Johan, Olle, Stina, Theo, Vendela, Alfred, Gustav, Emma, Emil.

I våras var ett helt gäng från Viljan på SSM i Växjö. Vi åkte med klubben i bilar för det var rätt så nära i år. Samlingen var på TC innan tävlingen, där fick vi våra rödgula tävlingskläder som representanter för Småland. Tävlingen den dagen gick sådär för mig och för klubben blev det inte heller någon topplacering. Efter tävlingen åkte vi till förläggningen som var i en friidrottshall. Det var ett annorlunda boende som var roligt för det var så stort

och utspritt. I bussen dit sa vi att vi skulle vila och spela kort, men det slutade med att vi stötte lite kula, hoppade på stavhoppsmattorna, kastade pilatesbollar på varandra och tävlade om vem som sprang snabbast på 60 m. Sen somnade vi gott efter lite kvällsfika och laguppställningsprat. Dagen därpå, alltså sista dagen, var det dags för stafett och andra chansen. Jag valde själv att springa andra chansen för jag var osäker på formen. För mig var det ett bra val då jag

var mindre nervös och sprang ett stabilt lopp. Till sist blev det spurtstrid, 1 sek efter 1:an från Skåne. I stafetten var det många som sprang mycket bra. Smålands lag 1 lyckades vinna hela SSM-stafetten. Snabbast av alla Viljanlöpare på sista sträckan var Johan Hansson men bästa lagplacering fick Gustav Eveborns lag med en 7:e-plats. Sen bar det av hemåt efter en mycket rolig helg.

/ Emma Rindstig

10-mila i Glimåkra



Damlaget i 10-mila, fr v Elin, Tuva, Clara från OK Vivill, Anna och Anna..

Resan till 10-Mila 2019 började redan den 24:de april 2018. Då åkte vi från det årets 10-mila med en rolig tävling bakom oss. Eftersom det var vårt sista år i ungdomsklassen så lovade våra ledare oss att vi skulle ha ett damlag nästa år (alltså 2019). Och detta fick de kaka upp, för de hade ju lovat oss att vi skulle få springa! Det var bara att anmäla ett damlag och hoppas att alla gubbvader och sjukdomar skulle vara som bortblåsta den 27/4-19. För vi skulle bara springa! När vi nu hade bestämt det så anmälde vi även två ungdomslag och (tro det eller ej) ett herrlag! Detta betydde att vi behövde en himlans mycket folk som skulle kunna springa, men optimistiska som vi är så var väl inte det några problem. Om vi börjar med de två

ungdomslagen så löste det sig fint, trots några sjukdomar fick vi ihop de två lagen på ett bra sätt. Damlaget var lite mer styrt, det var gubbvad, jobb och annat som kom i vägen. Men efter en förfrågan till en löpare från en annan klubb så blev laget komplett. Och herrlaget, det ska vi inte ens ta upp... Så mycket styr och ställ har jag nog aldrig varit med om...

Den 27/4 klockan alldeles för tidigt åkte vi alltså iväg mot Östra Göinge där tävlingarna skulle hållas. Vi kom fram och gjorde oss iordning för start i ungdomsstafetten. Efter att ha sett den tuffa spurten i ungdomsstafetten var det dags för oss att göra oss redo för damkavlen. Och jag kan lova er en sak, att Elin, hon

har aldrig varit så nervös i hela sitt liv. Hon sprang nämligen förstasträckan, sedan växlade hon till Tuva som i sin tur växlade till Clara Samuelsson (från OK Vivill) och sedan var det Anna H och Anna S på sista. Vi kämpade på bra i skogen och kom imål utan några större bommar vilket vi är glada över. På natten var det sedan dags för herrarna att starta och trots lite debakel så gick alla lagen runt och nästan alla var nöjda med sina insatser.

Vi måste bara få meddela att detta utan tvekan är något vi skulle vilja göra om nästa år! Vi får bara hoppas på att det inte blir lika styrt med lagen och att det blir lite bättre väder... Vi hoppas även att fler blir sugna på att vara med nästa år! /Elin och Tuva

Ungdomsavslutning - USM-läger i Oskarshamn

USM-läger i Oskarshamn 2019

35 av Smålands ungdomar 15-16 år var under några dagar här hos oss på USM-läger. Glädjande nog var det hela 8 Viljanungdomar som deltog! Träningsspaketen var proffsigt planerade och gjorda av Roland m fl. och vi i Smålands ungdomskommitté valde ut fyra pass. Sprint i Norrtorn, långdistans från Kvastmossen och stafett- och teknikträning i skogarna runt Viljans stuga. Det var också vid Viljans stuga vi valde att bo, några inne i stugan och några i uppställda husvagnar utanför. Det är en glädje att få tillhöra detta fina gäng några dagar! Många var lyriska över vår fina terräng och var sugna på att komma hit flera gånger och träna innan USM i september. Jag fick stor hjälp med maten av min mamma Agneta och svärmor Elisabeth. Att få hemmagjorda köttbullar till lunch uppskattades verkligen av många! Passar också på att göra lite "smygreklam" för Svallidens pizzeria som körde ut 35 varma, goda pizzor till Viljans stuga på fredagskvällen. Finfin service! Förutom all träning hann vi även med terränggenomgångar, 8-kamp, bananalyser i livalox, fira två födelsedagsbarn (varav vår Vendela var den ena) m m, m m.

Läger Äger!

TACK alla Viljaner som



Vinnande laget i den avslutande stafetten på ungdomsträningen, fr v Lova, Olle, Axel, Edvin och lagledare Jenny. Nedan Smålands gäng på USM-träningläger vid Kvastmossen.

hjälpte till med kartor, kontrollutsättning, transporter, mat, disk, sopor, städning mm!!

// Maria



USM 2019 Oskarshamn



Ungdoms -SM 2019 i Oskarshamn – Nu närmar det sig!

Tävlingen avgörs under tre dagar 13-15 september med sprint i Kristineberg samt långdistans och stafett i Vackrahörv.

Tävlingsorganisationen är etablerad och alla funktioner har kommit igång med sitt arbete. Banorna är i det närmaste klara och provlöpning planeras till efter midsommar. Utformningen av våra tävlingsarenor tar form, startplatser är utvalda, planer finns för hur trafiken ska ledas och sekretariatet gör sig redo att ta emot anmälningarna. Under USM-helgen kommer Oscarsgymnasiet att förvandlas till logement, högtidlig ceremoniplats och restaurang för flera hundra personer. Sponsorer har engagerats och vi syns på egen USM hemsida, facebook och instagram. Inbjudan ligger nu också ute på Eventor och anmälan har öppnat.

Våra träningsläger inför USM är väldigt populära! Många

distrikt har redan kommit hit med stora ungdomsgrupper och tränat i Oskarshamnsterrängen för att komma väl förberedda till SM-tävlingarna.

Funktionärer för olika uppdrag strömmar till och vill hjälpa till och det är vi väldigt tacksamma för! Men fler kommer att behövas! Det finns jobb för alla

som vill vara med och hjälpa till.

Låt våra orangea USM-tröjor lysa på orienteringarna i sommar!

(Saknar ni en tröja – hör av er, det finns några kvar...)

/ Åsa Bergfors
Tävlingsledare USM



Smålands träningsläger inför USM inleddes med sprint i Norrtorn.

Herrgårdsstafetten



Martin, Axel, Emil, Pontus och Gustav kom trea i Herrgårdsstafetten. Nedan flicklaget med Amalia, Sofia, Hanna, Ellen och Ida.



Herrgårdsstafetten



Överst damlaget Kristina, Tuva, Emma, Stina, Vendela. I mitten andra herrlaget Erik, Erik, Stefan, Magnus, Johan. Längst ner pojklaget Emil, Theo, Vilgot, Olle, Alfred.

Lämmeltåget



Ett stort gäng på Lämmeltåget i Nässjö. Nedan Emil, Alfred och Olle på pallen i klass B.



Ungdomskommitténs ungdomsläger



Att vara på ungdomsläget var roligt. Vi hade tre pass. Först ett då vi sprang från Rostorp till stugan. Alla som ville fick ha en 'skuggning' efter sig. Banorna var lagom svåra och det fanns något för alla. Inte för att vara så petig men kontrollerna satt kanske inte på pricken rätt men det fungerade bra ändå. Sedan när vi var tillbaka i stugan så var det upppackning av madrasser och sovsäck och lunch. Sedan var det dags för pass två på eftermiddagen. Det var en teknikbana som innehöll korridorer, kontrollplock och andra saker som man övar sitt tänkande på. Sedan var det dags för kvällsmat och efter det var det underhållning. Den var inte jättebra för att man

fick underhålla sig själv och hitta på saker att göra själv. Dagen därpå var det dags för ett långpass med en vätskekontroll på. Det var jobbigt men bra upplagt för man fick själv välja vart man ville springa på en bana.

Efter det var det mat och sedan var läget slut.

Jag ger läget 4/5 kontroller eftersom det var deras första.

//Amalia



DM sprint och sprintstafett



Tord defilerar i mål på sprintstafetten. Längst upp Göran som tog guld i H 65, därefter Göran och Roland med guld i H 65 sprintstafett och längst ner Tord och Stefan med guld i H 35 sprintstafett.

Terräng-KM



Terräng-KM vid stugan 4 juni. Ovan pallen i H 16, 1 Johan Hansson, 2 William Elfstrand, 3 Theo Lövdahl, 4 Gustav Eveborn.
Övriga mästare: D 17 Elin Rindstig, D 40 Anna Svensson, H 12 Vilgot Tyrberg, H 14 Alfred Tyrberg, H 17 Martin Lindström, H 40 Tord Hultberg, H 50 Johan Eveborn, H 60 Tomas Petersson.



Naturpasset - Nostalgi

NATURPASSET LEVER!

Tro´t den som vill - det finns ett naturpass i år också!

Vi startade 7 maj och säsongen varar t o m september.

Förra året satsade vi på enbart skogspass. Detta för att sålda cykelpass hade minskat rejält året innan. I fjol halverades antalet sålda skogspass.

Det är väl inte en alltför vågad gissning att ett gratis Hitta ut innebär en viss konkurrens till Naturpasset...? Scania, som t e x erbjöd alla intresserade anställda gratis naturpass, upphörde med det när klubben lanserade Hitta ut. Och det är väl klart att många väljer hitta ut som är gratis när Naturpasset kostar 80 kr...? Till råga på allt hade vi otur som miste en av våra bättre återförsäljare, Wirséns, som gick i konkurs!

Vad gör vi då? Jo, vi resonerade som så, att med en fotovariant av cykelpass på farbara cykelvägar i natursköna omgivningar borde vi kunna locka en del motionsbenägna oskarshamnare att ge sig ut för att lösa fotogåtorna.

Vi har dock inte lika stora resurser för marknadsföring som Hitta ut.

Därför vill vi uppmana alla medlemmar att sprida kännedom om Cykelpasset. Det säljs på Apoteket Lejonet



och hos Intersport och kostar 80 kr. För det får man en mapp som innehåller karta, fotoark, instruktioner och ett startkort.

I likhet med förra året har man chans att vinna en Hotellweekend för 2 på ett Scandic Hotell om man deltar i den centrala tävlingen på Naturpassets hemsida. Dessutom lottar vi lokalt ut priser till deltagare som fullföljt enligt instruktionerna.

Om alla medlemmar skulle köpa ett cykelpass var skulle det naturligtvis bli rekord.

En rimligare insats från var och en vore kanske att passa på att nämna för vänner och bekanta att Cykelpasset finns och att man kan gå in på hemsidan under "Motion/Naturpasset" och läsa mer om det på egen hand. Kan hända skulle vi då kunna fördubbla vår budgeterade upplaga på 50 sålda ex?

OCH DU - VARFÖR INTE PROVA SJÄLV? BLI FÖRST MED ATT LÖSA ALLA FOTON!

för motionskommittén
Hasse Svenson



DM-silver i stafett 1984 för Magnus Söderbom, Ulf Rindstig och Per Franzén. Frågan är ännu obesvarad hur det gick med vadet där tränaren skulle gå hem från Vetlanda... ..

Veteran-SM i Edsbyn



Lennart Kalén blev 4:a i medeldistans på veteran-SM i Edsbyn. Erik Lennartsson (ej med på bild) blev 5:a på lång. Göran Svenson blev 8:a och Allan Håkansson 6:a på medel och Hans Svenson 9:a på lång.



Veteranerna



Veteranerna vandrar vidare varje torsdag men har även hunnit med att tvätta klubbstugans fasad och att resa tält till Scaniamilen.



Grattis jubilarer!

Namn		Fyller	Datum
Bo	Hasting	90	21-jul
Sylve	Rindstig	80	26-jul
Anita	Wahlstedt	80	12-sep
Mats	Laneborg	70	12-jul
Uno	Andersson	70	03-aug
Hans	Svenson	70	03-okt
Anette	Andersson	70	23-okt
Yvonne	Sjöholm	60	09-jul
Kent	Petersson	60	21-aug
Tomas	Petersson	60	21-aug
Mariann	Henriksen	60	23-sep
Maria	Rindstig	50	23-aug
Annica	Gabrielsson	50	03-sep
Niclas	Fagerström	50	08-sep
Magnus	Strand	50	16-sep
Magnus	Lövgren	50	19-sep
Daniel	Loberg	50	31-okt
Ida	Norling	40	23-sep
Josefine	Runermark	30	22-okt
Jacob	Petersson	20	04-jul
Benjamin	Sturek	20	22-sep
Viktor	Harrysson	10	16-jul
Elvira	Aldebert	10	19-jul
Alve	Bank	10	31-aug
Ida	Ekeräng	10	21-sep
Elsa	Ringström	10	04-okt



90 år



80 år

20 år

70 år



50 år



