



## ROLAND ÄR ÅRETS VILJAN 2019



Roland Nilsson har utsetts till Årets Viljan 2019. Läs motiveringen och se övriga kandidater på sidan 4 och 5.

## Redaktörens och ledarens sida



När vi närmade oss pressläggning av detta nummer av Kampen kom alltmer alarmerande rapporter om Corona-viruset och hur detta kommer att påverka den redan påbörjade orienteringssäsongen. Många tävlingar har redan ställts in och vi vet i skrivande stund inte hur länge detta pågår. Läs på sidan 16 den information som finns från Orienteringsförbundet samt Viljans rekommendationer på sidan 3.

Vi har ändå som vanligt en hel del att berätta om i Kampen. Som till exempel att Roland Nilsson utsetts till Årets Viljan 2019. Vidare från arbetet med utbyggnad av damernas omklädningsrum

och invigningen. Vasaloppet, Sylvesterloppet och Surdegen skildrar vi plus de stadiga inslagen med veteranvandringar och jubilarer.

Avslutningsvis hälsar vi välkommen till våra nya medarbetare i Kampen, Ida Axelsson och Amalia Erlandsson. Amalia medverkar redan i detta nummer med ett reportage från Stockholm Indoor Cup.

Nästa nummer av Kampen kommer ut innan midsommar och vi vill ha just ditt bidrag, text, bild eller tips, senast den 6 juni till [ordf@sokviljan.se](mailto:ordf@sokviljan.se).

/Göran

Stolt funktionärsförening

**O-Ringen**

Smålandskusten 2022

**Här kommer du till information om funktionärsuppdrag vid O-Ringen 2022:**

<http://uppdragsplan.oringen.se>

Användarnamn: oringen

Lösenord: funktionar



Ida Axelsson och Amalia Erlandsson är nya i Kampen-redaktionen.

Kampens redaktion består av: Göran Svenson, Anna Hansson, Amalia Erlandsson och Ida Axelsson. Material skickas med fördel till redaktören på [ordf@sokviljan.se](mailto:ordf@sokviljan.se).

# Klubbinfo

---

## Årsmöte

SOK Viljan höll årsmöte måndagen den 2 mars i klubbstugan Lingham.

Ordf Göran Svenson inledde med en kort **sammanfattning** av det gångna året, där han tacksamt framhöll klubbens styrka - alla aktiva medlemmar som drar sitt strå till stacken i större eller mindre omfattning. Som exempel nämndes bl a den nyligen färdigställda och välkomna utbyggnaden av damernas omklädningsrum, som inte skulle blivit verklighet utan omfattande insatser av ett antal uppoffrande medlemmar. Tack vare alla gemensamma krafter kan klubben uppvisa en omfattande verksamhet av bra kvalitet.

Därefter delades **diplom och andra utmärkelser** ut till förtjänta medlemmar. Bl a kungjorde styrelsen att priset "Årets Viljan" tillfallit Roland Nilsson med motiveringen: *Har varit en stor organisatör inför många av våra stora tävlingar senaste 15 åren. Kommit med nya idéer, ex vis sprint-stafett som vi provade några år i mitten på 2000-talet. Har inför tävlingarna i god tid sett till att IT-utrustning för sekretariat, radorapportering och GPS-utrustning fungerat genom att organisera och genomföra noggranna tester. Inför USM organiserade så*

*att träningspaket togs fram och sedan tog emot bokningar, mottagning och utlämning av träningspaketen uthyrningen av klubbstugan. Såg även till att artikel kom in i Skogsport inför USM.*

Utöver detta kunde noteras att Ulla Nilsson erhöll utmärkelse för 1000 (!) genomförda tävlingar.

Vid val av **styrelse** omvaldes Göran Svenson till ordförande för 1 år.

Till ordinarie styrelseledamöter omvaldes även Jerry Svensson och Lennart Kalén på 2 år vardera.

Övriga i styrelsen med 1 år kvar är sedan tidigare Anna Svensson och Ann-Katrin Pettersson.

Dessutom valdes till styrelsen Martin Lindström och Tonney Gunnarsson som representanter från orienteringssektionen respektive skidsektionen.

Stefan Petersson och Anna Hansson omvaldes till styrelsesuppleanter.

**Orienteringssektionen** utgörs av Anna Svensson, Erik Lennartsson, Martin Lindström, Maria Rindstig, Thord Hultberg, Lars Kreutner och Johan Eveborn.

I **skidsektionen** ingår Tonney Gunnarsson, Jan Johansson, Mats-Olof Lingersjö, Våge

Rindstig, Emil Kreutner, Emma Rindstig, och Sven Mikkelsen.

**Ungdomskommittén** består av följande funktionärer:

Elin Rindstig, Elisabet Mikkelsen, Stina Lind, Tuva Lövdahl, Olle Erlandsson, Axel Eveborn, Emil Wahlström, Isak Hultberg och Johan Hansson

**Pre-O 1-2 maj i Havslätt är inställd.**

**RÅD OCH ANVISNINGAR FÖR TRÄNINGAR MM MED ANLEDNING AV CORONA-VIRUSET**, beslutade av SOK Viljans styrelse 2020-03-17.

\* KLUBBENS AKTIVITETER (Tisdagsträningar, torsdagsgympan mm) FORTSÄTTER PLANENLIGT  
\* SYMTOMFRIA TRÄNAR SOM VANLIGT, VID MINSTA TVEKSAMHET OM INFEKTIONSTANNAR DU HEMMA!!! Träningsansvarig har rätt att avvisa medlem som visar tecken på infektion/förkylning.  
\* MEDLEMMAR I RISKGRUPPEN (70+) KAN GÄRNA FÖRSÖKA TRÄNA PÅ ANDRA TIDER (dagtid, em).

Styrelsen SOK Viljan  
Läs mer från SOFT på sidan 16.

## FÖRESLAGNA TILL ÅRETS VILJAN 2019

### **Roland Nilsson**

Motivering:

Har varit en stor organisatör inför många av våra stora tävlingar senaste 15 åren. Kommit med nya idéer, ex vis sprint-stafett som vi provade några år i mitten på 2000-talet. Har inför tävlingarna i god tid sett till att IT-utrustning för sekretariat, radorapportering och GPS-utrustning fungerat genom att organisera och genomföra noggranna tester. Inför USM organiserade så att träningspaket togs fram och sedan tog emot bokningar, mottagning och utlämning av träningspaketen uthyrningen av klubbstugan. Såg även till att artikel kom in i Skogsport inför USM

### **Martin Lindström**

Motivering:

Har gått "all in" som ungdomstränare och fått fart på våra ungdomar.

### **Åsa Bergfors**

Motivering:

USM genomfördes på ett förträffligt sätt, tre tävlingsdagar som förflöt nästintill prickfritt. Det ekonomiska resultatet överträffade alla målsättningar. Åsa som tävlingsledare gjorde ett fantastiskt arbete att strukturera upp arbetet, där hon fick ihop en organisation som arbetade tillsammans, där man utnyttjade varandra styrkor. Detta var inget som gjorde sig självt utan Åsa la ner massor av timmar för att detta skulle bli bra.

En mycket värdig vinnare av Årets Viljan

### **Lennart Kalén**

Motivering:

Han är vår ordningsman i styrelsen som håller koll på dokument, planer, kartor, banläggning, reglementen och datorer samt ordning och reda i stugan. Till detta ska läggas många års drivande arbete i styrelsen och kartkommittén med stort engagemang och kunskap samt rent allmänt ett stort klubbhjärta och hjälpsamhet i stort och smått.

### **Göran Jonsson**

Motivering:

En bra kandidat är Göran Jonsson som sköter om vår klubbbanläggning på ett föredömligt sätt. Framförallt vad det gäller den elektriska biten där han är den drivande länken till att utveckla anläggningen. Göran är också med och fixar all eldragning vid våra arrangemang/tävlingar. Han viker inte ner sig för en tuff backarunda eller ett hårt gympapass utan kommer med ett glatt humör och sprider glädje. Göran är en sann föreningsmänniska.

## TILL ÅRETS VILJAN 2019 UTSÅGS ROLAND NILSSON

2020-03-02

# Årets Viljan 2019

---



Tre av de nominerade till Årets Viljan 2019, fr v Roland Nilsson, Martin Lindström och Lennart Kalén. Nedan Viljanungdomarna som träffade skidvärldsmästaren Johan Olsson vid hans föreläsning på Folkhögskolan.



# Tävlingsmärken OL

---

## ”Vaddå??? Vad har jag gjort???”

Vid årsmötet varje år kommer frågan; Vaddå..Vad har jag gjort för att få detta orienteringsmärke??

Här kommer en liten sammanfattning och förklaring till reglerna.

Följande kriterier gäller för brons, silver och guld:

- **Bronsmärke** tilldelas den som uppfyllt kriterier enligt nedanstående märkestabell.
- **Silvermärke** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut bronsmärket och som uppfyllt kriterier enligt märkestabellen.
- **Guldmärke** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut silvermärket och som uppfyllt fordringarna enligt märkestabellen eller som uppfyllt fordringarna för silvermärket ytterligare tre år.

Följande gäller för elitmärket:

- **Elitmärke I** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut guldmärket och som uppfyllt kriterierna för guldmärket ytterligare tre år.
- **Elitmärke II** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut elitmärke I och som uppfyllt kriterierna för guldmärket ytterligare tre år.
- **Elitmärke III** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut elitmärke II och som uppfyllt kriterierna för guldmärket ytterligare tre år.
- **Elitmärke IV** tilldelas den som tidigare uppfyllt kriterier för och löst ut elitmärke III och som uppfyllt kriterierna för guldmärket ytterligare 13 år.

Placering inom en tid, baserad på segrartiden i respektive klass och ökad med nedan angivna procenttal, berättigar till angiven valör.

	Valör	Elitklasser	Vuxenklasser fr D/H18	Öppna klasser (17 år och äldre)
VM, NOM, SM, landskamp, reg. mästerskap	Guld Silver Brons	20 % 40 % 50 %	10 % 40 % 50 %	
DM och nationell tävling	Guld Silver Brons	10 % 40 % 50 %	10 % 40 % 50 %	20 % 50 %
Distriktstävling	Silver Brons		40 % 50 %	20 % 50 %
Närtävling	Brons		30 %	30 %
RM (godkänt av SOFT), mästerskap arrangerat av försvarsgren eller militär idrott	Guld Silver Brons		10 % 40 % 50 %	20 % 30 %
Annat mästerskap arrangerad av militär, korpmästerskap	Silver Brons		40 % 50 %	20 % 50 %
Tävling vid militär eller civil skola, korptävling, regements-, bataljons- eller kompanitävling	Brons		30 %	30 %

# O-Ringen Smålandskusten 2022

Den 11 mars fattade Föreningsrådet för O-Ringen Smålandskusten 2022 beslut om ett koncept för tävlingarna, dvs arenor och tävlingsområden för OL, MTB-O och Pre-O. Nu påbörjas ett intensivt arbete med kontakter med markägare, avtalsskrivning och olika tillstånd som ska sökas. Innan sommaren kommer också

kartritningen igång. Exakt var tävlingarna kommer att gå kommer att meddelas senare i vår då alla markägarkontakter är tagna. Fram till dess håller vi informationen inom funktionärsföreningarna.

Projektledaren Linda Tufvesson har kommit ganska långt i rekryteringen av ledande funktionärer där en del ingår i ledningsgruppen

som har sitt första möte den 26 mars. En del ledande funktionärsuppdrag återstår att tillsätta och det är viktigt att man hör av sig till Linda, [linda.tufvesson@oringen.se](mailto:linda.tufvesson@oringen.se) om man är intresserad av ett uppdrag.

**Läs mer** på sidan 2 om vad som står i Uppdragsplanen om de olika funktionärsuppdragen.



Hittaut Oskarshamn har varit en succé från första året 2017 och har ökat varje år till 1149 deltagare 2019 med 45 600 registrerade checkpoints. Nu är det också bestämt att vi genomför ett fjärde och ett femte år. Nytt för i år är en karta och ett antal checkpoints

i Kristdala medan Oskarshamn och Påskallavik/Vånevik finns kvar som tidigare.

Det blir 100 checkpoints även i år och 40 av dessa blir tillgängliga vid starten den 2 maj. Därefter blir det följande tre checkpointsläpp:

\* 30 maj

\* 2 juli

\* 8 augusti

Säsongen pågår till och med den 30 september som är sista dag för registrering av checkpoints.



# Utbyggnad av stugan

Här följer tre sidor med bilder från utbyggnaden av damernas omklädningsrum och invigningen.  
**Stort tack till alla som hjälpte till!**





# Utbyggnad av stugan



# Utbyggnad av stugan

---



# Surdegen



Tättrion på Surdegen långa banan, fr v Oskar Lind, Jan Kaland, Theo Lövdahl.



Elin Rindstig, etta och Johan Hansson tvåa på mellanbanan.



Axel, Emil, Magnus, Emma, Våge och Johan sprang också mellanbanan.

# Surdegen och Sylvesterloppet



Ovan: Starten har gått i Surdegen. Nedan: Deltagarna på långa banan på Sylvesterloppet.



# Vasaloppet 2020

## SOK Viljans Vasaloppsresultat 2020

### Vasaloppet

Olof Juhlin	6.53.00
Peder Kvillemo	7.29.40
Anders Martin	7.31.58
Håvard Eriksen	8.06.20
Martin Lindsström	9.30.31
Niclas Fagerström	10.16.27

### Öppet Spår

Mats-Olof Lingersjö	5.21.59
---------------------	---------

### Vasaloppet 30

Ulrika Ringström	3.06.32
Wilma Ringström	3.06-34



Wilma och Ulrika Ringström åkte Vasaloppet 30 km och till höger en nostalgibild på en ung Ulrika i skidspåren. Nedan bild från skidlägret i Ulricehamn i januari.



# Stockholm Indoor Cup 2020

Stockholm indoor cup är en inomhusorienteringstävling som håller på i två dagar. Men istället för att springa i skogen springer man i flervåningshus. På kartan så ritas varje våning upp var för sig. Sträckorna mellan kontrollerna kan helt variera. Antingen är det en lite lättare kontroll som ligger på samma våning eller så ska man förflytta sig fyra våningar men du kanske måste upp en våning innan du sedan kan springa ner till rätt våning p.g.a avspärningar.

var det 1,74 högt. Det var allt från gamla vindstrappor till spiraltrappor utanför byggnaden. Det var också vissa gånger då man sprang som på balkonger på taket.

Sammanfattningsvis vill jag bara säga att SIC har varit en av det roligaste orienteringstävlingar jag varit på och jag hoppas fler känner sig manade att åka nästa år på SIC 2021.

//Amalia



Stockholm indoor cup eller SIC som det också kallas var en mäktig upplevelse. Det var uppåt 1600 deltagare så det var trångt i vissa gånger. Dag 1 var vi i Victor Rydbergs högstadie (där man spelat in störst av allt) som hade 6 våningar och dag 2 var vi i Södertörns högskola på 10 våningar så det gällde verkligen att tänka ut en väg innan man sprang iväg.

Man kunde springa i klasserna: Öppen lätt, Öppen svår, U1, U2, DH 12, DH 14, DH 16, SIC light, Damer, Herrar, Tanter och Gubbar.

”Terrängen” var väldigt olik och udda. Som sagt var det avspärningar nästan överallt och på vissa ställen var det bara enkelriktat så man kunde bara springa åt ett håll. Vissa rum kunde vara flera meter till tak medans i någon källare



Se föregående sida och jämför - Indoor OL fanns redan 1995

6

## KAMPEN

Stockholm 15/1

### Natt-OL inomhus - mitt på dagen!?

#### **Hejsan på er alla Viljaner.**

Här kommer några rader från ett snö vitt Stockholm, där jag nu befinner mig - jobbar, trivs och upptäcker!

Vad var nu detta för en kufisk överskrift?

Jo, sådant kan man prova på här i kungliga huvudstaden.

Under Trettonhelgen som varit arrangerades en idrottsmessa i Älvsjö "AKTIVIADEN -95". Som den smält idrottsknäsiga Rindstig man är tog jag genast pendeltåget två stationer söderut. På mässan fanns ett 50-tal sporter representerade, allt från cha-cha dans till mini - dragracer. Först råkade jag hamna i hallen med motorsport. Där osade det avgaser och var ett väldigt oväsen när

10-åringarna tryckte gasen i botten på dragracerbilarna. Jag gick vidare till nästa hall där det bl.a. fanns "fordon" utan maskinell motor - cyklar, skateboard m.m. Redan utanför den tredje och största hallen kände jag granbarrsdoften. Mycket riktigt - i ett hörn höll orienterarna till. Man hade byggt upp en skogsmiljö av granar och lastpallar i en mörklagd del av hallen. Där inne irrade gammal som ung omkring med pannlampa och letade stenar, höjder, branter m.m. (se kartan).

En klart populär "monter"!!

Man tillämpade senaste stämpelstekniken - en databricka man fick med sig i handen att trycka mot en avläsare vid kontrollen. Snabbt och enkelt! ( Men ytterligare en grej att komma ihåg i den numera digra startutrustningen! )

När jag blivit "avläst" vid målet kom tiden upp på en dataskärm direkt och man kunde genast se om det var felstämplat någonstans eller godkänt.

Sedan traskade jag vidare bland rugbybollar, pingisspelare och radiostyrda båtar. Provade på att paddla kajak i en bassäng. Såg Janne Boklöv instruera backhoppning. I en hörna var det uppvisning av gympa, betydligt mer avancerad än den vi kämpade med förra vintern! Var tvungen att hänga med när de hade ett kort prova - på pass. Därefter passade det utmärkt med 10 minuters gratis massage!!

Vid det här laget var jag nöjd med "prova-på-andet" och for hem till min lilla lya i Vällingby. Här bor jag jättebra med en fin skog alldeles inpå knuten. Skidspåret börjar bakom grannhuset! Det känns nästan som hemma i småland!

Ha de' gott!

hälsningar Ulrica



# Info om Coronaviruset

---

## Inställda, flyttade och begränsade tävlingar – senaste nytt om coronaviruset

### Följande har Svenska

### Orienteringsförbundets

### styrelse beslutat den 12 mars

#### Gällande tävlingar på alla nivåer:

- **Ingen tävling bör ha fler än 300 tävlingsdeltagare.**

Kommentar: Det tak om max 500 personer som regeringen beslutat om inkluderar samtliga som träffas; aktiva, ledare, föräldrar, funktionärer och så vidare. En ansvarstagande arrangör fokuserar inte på hur man bäst kan maximera antalet starter inom de nya ramarna. Fokus bör istället ligga på vad som kan göras för att hindra, minska och begränsa smittspridning.

- **Tävlingarna är tills vidare endast öppna för aktiva som bor i aktuellt distrikt, för aktiva som bor i närhet till tävlingen och för aktiva som representerar en klubb i aktuellt distrikt.**

- **SOFT uppmanar distrikten att fundera kring tävlingar och resande.** Kan distriktet arrangera fler och mindre tävlingar för att minska resandet och antalet tävlande per tävling?

- **SOFT uppmanar alla arrangörer att noga beakta de allmänna råd för minskad smittspridning som Folkhälsmyndigheten ger**

Kommentar: Här är några konkreta råd till arrangörer: Underlätta för deltagare att hålla en god handhygien. Se till att det inte skapas täta

folksamlingar. Låt deltagarna duscha hemma. Arrangera utan marka och annan försäljning på arenan.

#### Gällande SM-tävlingar:

- **SM-tävlingar kommer inte att arrangeras så länge regeringens nuvarande restriktioner om sammankomster gäller.** Kommentar: Tävlingarna innebär många och långa resor och givet de aktuella begränsningarna kommer tävlingarna inte heller att bli SM-värdiga.
- **SM Ultra i Västervik (planerad till 4 april) och SM Natt i Åkersberga (planerad till 17 april) flyttas.** SOFT tillsammans med arrangör tittar på reservdatum.
- **Beslut gällande SM Sprint i Växjö (30-31 maj) tas längre fram.** Samtidigt förbereds för en eventuell flytt.

#### Gällande Swedish League:

- **Swedish League-deltävlingar kommer inte att arrangeras så länge regeringens nuvarande restriktioner om sammankomster gäller.**
- **Swedish League-klasserna i Norrtälje (planerade till 8-10 maj) ställs in.** Kommentar: Arrangören och SOFT tar beslut om hur tävlingarna i övrigt ska hanteras – ställas in, flyttas eller genomförs med ovan restriktioner.

#### Gällande nationella tävlingar i

#### mountainbikeorientering:

- **Svenska cupen i MTBO kommer inte att arrangeras så länge regeringens**

#### **nuvarande restriktioner om sammankomster gäller.**

Detta påverkar följande tävlingar: Svenska cupen-klasserna för MTBO-tävlingarna 18-19 april Eskilstuna, ställs in.

- **Arrangören och SOFT tar beslut om hur tävlingarna i övrigt ska hanteras – ställas in, flyttas eller genomförs med ovan restriktioner.**
- **Beslut tas längre fram gällande tävlingsserien Svenska cupen 2020.**

#### Gällande träningar och träffar i

#### klubbstugan:

- **SOFT uppmanar samtliga föreningar och aktiva i landet att utöver tävlandet även tänka igenom hur träningar och träffar i klubbstugan arrangeras.** Kommentar: Det kan inte nog betonas: allt handlar om hur vi kan hindra, minska och begränsa smittspridningen.

#### Gällande utbildningar och

#### mötesplatser:

- **SOFT uppmanar till att hålla möten och utbildningar i digital form så långt det är möjligt.**
- **SOFT uppmanar till att minimera resandet, både inom landet och mellan länder.**
- **SOFT rekommenderar att de fysiska möten som ändå måste hållas hålls nere gällande deltagarantalet.** Få mötesdeltagare, kort mötestid och stora möteslokaler är faktorer som minskar smittrisken.



# MTB-O - Skidåkning i mars

Snart dags för säsongstart för MTBO säsongen 2020. Vi har det här året fått en engagerad kommitté i Småland som har som mål att utveckla sporten i Småland. För oss i Oskarshamn har det blivit ett läge av vacuum inför O-ringen 2022, då områden som kommer att bli avlysta under året. Smålandscupen är ett arrangemang som startar upp under året, med följande preliminära i tävlingskalender.

## Smålandscupen

- 16maj OK Stigen DM medel.
- 4 Juni Ålems OK
- 17 Juni Kalmar OK
- 7 Juli Eksjö SOK
- 22 aug Nybro OK DM lång
- 19 sept OK Älme

Tävlingarna kommer att finnas på Eventor (distriktstävling), samma upplägg som Kalmarsundscupen (numera är vilande).

Om ni är med i Facebook så rekommenderar jag att ni går med i MTBO Småland, så kommer ni kunna ta del av nyhetsbrevet som utförligare beskriver Cup tävlingar som är på gång.

/Manfred



Det blev ingen skidsäsong den här vintern utan bara ett par korta helger med lite snö, den senaste 14 mars då Janne körde upp spår i Havslätt som blev flitigt utnyttjade.



## Veteranerna



Traditionell "tomtevandring" till Sylves lada i december och efterföljande samling i klubbstugan där Gudrun Persson, Kerstin Bergqvist och Kerstin Norlinder hade fixat gröt, skinksmörgås, kaffe och pepparkaka.



# Grattis jubilarer!

Förnamn	Efternamn	Fyller	Datum
Bengt	Järnhester	90	08-maj
Göran	Petersson	80	29-maj
Bernt	Gunnarsson	80	29-jun
Per-Erik	Kennestig	80	30-jun
Karl	Tvingsell	70	10-apr
Göran	Bredhammar	70	05-maj
Björn	Ljung	70	20-maj
Ove	Larsson	70	15-jun
Nils-Gunnar	Andersson	70	25-jun
Örjan	Laneborg	50	04-apr
Martina	Sturek	50	05-apr
Carola	Petersson	50	05-maj
Alex	Högström	10	17-apr
Thure	Laneborg	10	20-apr



**Bengt 90 år**



**Örjan 50 år**



**Thure 10 år**

