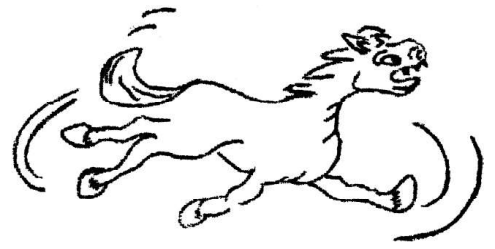


KAMPEN



Klubbtidning för SOK Viljan Oskarshamn

Nummer 1, 2024

Vinter i Ulricehamn



SOK Viljans skidåkare åker ofta till Lassalyckan i Ulricehamn en helg i januari, så också i år. Läs mer på sidan 10.

Ordföranden har ordet



Ännu ett år har passerat och nu är vi inne på 2024 som kommer bli historiskt för klubben och Oskarshamn i och med att O-Ringen kommer till staun! Om ca 4 månader är det dags! Jag vill ännu en gång pusha för att anmäla sig till funktionär om man inte redan gjort det.

Vi har precis haft årsmöte och jag tackar för förtroendet att ännu ett år leda klubben som ordförande. På årsmötet slog det mig att det finns ett stort engagemang och att folk ställer upp på omval år efter år är ju fantastiskt. Det är många timmar ideellt arbete som läggs ner. Det är också roligt när det även kommer in nya, ni behövs, ju fler vi är desto bättre!

Vintern har rullat på med ett välfyllt program för träning: löpning, OL-teknik, backe, styrka, gympa och skidor. Ja, snön har även varit på besök om än lite kort period men ändå. Fina spår vid stugan

Material till Kampen nr 2-2024 lämnas senast 11 juni.

har vi fått uppleva och ett lyckat KM i skidor har även genomförts! Jag har även hört rapporter från Vasaloppsåkare att i år var det riktigt tufft lopp men alla Viljans 13 åkare tog sig i mål.

Våra trevliga tipspromenader har under januari och februari varit igång. Här har vi ett inslag i vår verksamhet som breddar vårt utbud och jag tycker det är bra att vi kan erbjuda Oskarshamnarna detta.

Tävlingssäsongen i orientering är nu igång, Sverigepremiären har redan varit och Viljan ställde upp med 17 löpare på plats i Åhus. Nu snart kommer ett par intensiva månader med tävlingar, dock är det inte många som kommer genomföras i vår del av Småland. En av höjdpunkterna kommer säkert blir 10-mila där vi i år har tre lag anmälda ett till varje klass: ungdoms-, dam- och herrkavlen.

Våren kommer annars handla mycket om förberedelser för O-Ringen men vi ska även ha igång ordinarie verksamhet

med bl.a. nybörjar- och ungdomskurs. Hjälps vi åt kommer det bli bra!

/Stefan L



17 Viljanorienterare ställde upp i Sverigepremiären i Åhus första helgen i mars. Sanna Grendelmeier slog till med en seger i långdistansen.



Kampens redaktion består av: Göran Svenson, Hedda Jönsson och Amalia Erlandsson. Material skickas med fördel till redaktören på 049113448@telia.com.

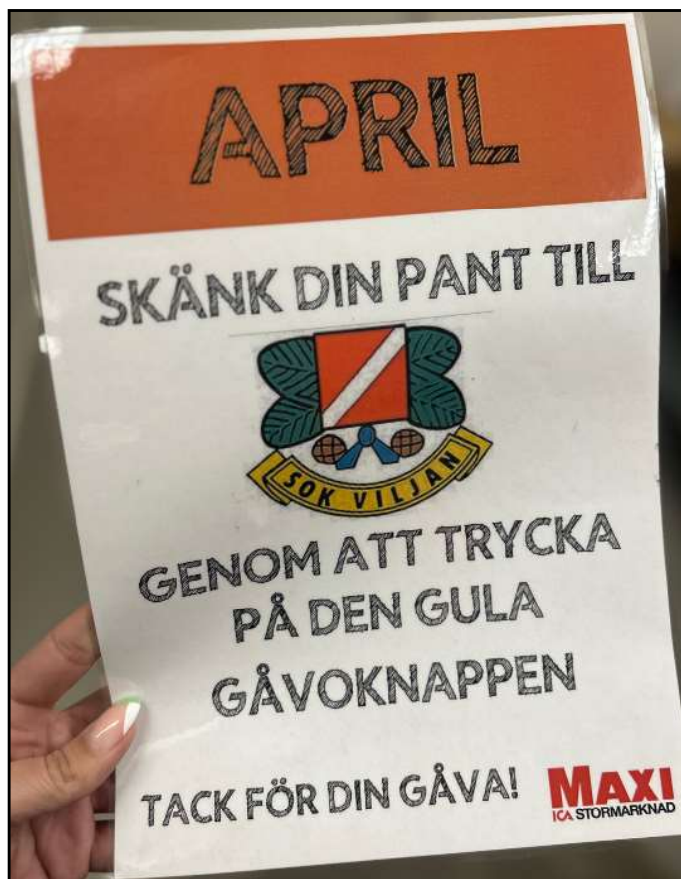
Klubbinfo/årsmöte

Adressändring!

Glöm inte anmäla adressändring till klubben. Det gäller såväl adress som mejl och telefonnummer. Vår nya hemsida hämtar inte adressändringar automatiskt, därför är det viktigt att de anmäls så att inte medlemsfakturer och annan info kommer fel.

Ungdoms- och nybörjaträning

börjar säsongen tisdag 9 april kl 18.00 vid klubbstugan. Sista träningen är 28 maj.



Referat från årsmötet:

SOK Viljan höll årsmöte i klubbstugan Lingham tisdagen den 5 mars där ett 40-tal medlemmar slutit upp och bjöds på god mat.

På mötet delades diplom och andra utmärkelser ut för förtjänstfulla insatser under året.

Stefan Löfqvist valdes om som ordförande och övriga i styrelsen blev Jerry Svensson, Anna Svensson, Ann-Katrin Pettersson och Lennart Kalén.

Suppleanter: Stefan Pettersson och Moa Gunnebrant.

Som representant från orienteringssektionen utsågs Arne Erlandsson och för skidsektionen Tonney

Gunnarsson.

I OL-sektionen ingår: Arne Erlandsson (sammankallande), Anna Svensson, Maria Rindstig, Anna Hansson, Ineke Grendelmeier, Leif Carlsson (samordnare MTBO).

I Skidsektionen ingår: Tonney Gunnarsson (sammankallande), Våge Rindstig, Sven Mikkelsen, Emil Kreutner, Emma Rindstig, Vilgot Tyrberg, Elisabet Mikkelsen.

Tipspromenaderna

Under januari och februari har SOK Viljan genomfört 7 tipspromenader. Eftersom vintern har varit relativt snörik blev det svårt att erbjuda olika

sträckningar varje söndag, så många promenader gick längs vägen upp mot Fallegärde. I stugan har det erbjudits gott om hembakat fika med allt från olika härliga mjuka kakor med vaniljsås, cupcakes och våfflor. Det har kommit ca 80 glada tipsare varje söndag, med en toppnotering på 114 stycken den sista söndagen. Vi tackar våra engagerade arrangörer för kluriga frågor och gott fika och välkomnar er åter som arrangörer igen nästa säsong! Även alla glada deltagare ska ha ett stort tack, utan er, inga promenader. Vi ses igen till hösten!

Skidor - medaljer på DM



Vid DM i masstart i Eksjö tog Vilgot Tyrberg (ovan) silver och Emrik Eveborn (nedan) brons.



Stipendium



Prins Bertil och Prinsessan Lilians idrottsstiftelse har som ändamål att främja svensk idrott genom stipendier till ledare och instruktörer för vidareutbildning.

Stipendieceremonin hölls i Prinsessan Sibyllas våning på Kungl. Slottet den 18 januari.

Årets stipendiater

- **Anna Hansson**, orientering
- **Malin Vingskog**, golf
- **Caroline Andersson Ekström**, simning
- **Philip Thornberg**, simning
- **Jennie Linnéll**, handboll
- **Niklas Harju**, ishockey

- **Chi Tsai**, karate
- **Robin Ljunggren**, tennis



Marit Grendelmeier inledde säsongen med två pallplatser i Åhus.

Klubbstugan

Nytänk i klubbstugan

Önskemål om lite nytt och utveckling av vår klubbstuga från klubbmedlemmar har under vintern förverkligats. Känns ju alltid rätt att utveckla klubbbyggnaden om kassakistan tillåter, det är ju **vår gemensamma träffpunkt**.

Om vi börjar i källaren så gjordes en storstädning förra våren för att ge plats åt ett litet gym med cyklar och stakmaskin. Under vinterns träningar har märkts att det varit omtyckt och det gärna fick bli lite större med några maskiner till. Vi omorganiserade hyllor samt materialet och gjorde hela inre rummet fritt för ytterligare träningsutrustning. Inköp av roddmaskin och cross-trainer gjorde att vi nu har ett bra rum för träning inomhus, som alternativ för de som inte vill eller kan träna ute (läs mer på sidan 15).

Montering av en spiskassett i öppna spisen har länge varit på tal men inte utförts. Vi har nu tagit tag i det också, om än lite sent för denna vinter. Den står nu färdig och vi tycker det blev väldigt bra. Nu kan vi elda och värma upp stugan vilket ger en härlig och mysig känsla, men behöver inte vänta till brasan är utbrunnen innan hemfärd. Ett varmt och snyggt lyft för storstugan. Pengar till denna investering kommer bland annat från minnet efter Bengt-Åke Borgemos bortgång.

Fastighetskommittén gm
Stefan C



hittaut smålandskusten

Under 2024 genomför vi Hittaut för åttonde året. I år går vi under namnet Hittaut Smålandskusten och samarbetar med Ålems OK och Berga SOK. Kartan går till tryckeriet i dagarna och kommer i år inte att följa med i Oskarshamns-Tidningen utan vi hänvisar till ett stort antal utlämningsställen.

Bland vinsterna som lottas ut är startplatser på öppen bana i O-Ringen Smålandskusten. Tre vinster lottas ut den 1 juli i vart och ett av projekten i Kalmar län; Kalmar, Nybro, Västervik och Smålandskusten.

Så här fördelas årets checkpoints och alla släpps den 4 maj och är uppe till 29 september:

Oskarshamn 30 chp
Bockara 10
Påskallavik 10
Mönsterås 30
Aboda Klint 20



Vid årsmötet delades bland annat utmärkelser ut. På föregående sida standar för 100 fullföljda tävlingar, fr v Vilgot Tyrberg, Anna Hansson, Amalia Erlandsson, Sanna Grendelmeier, Marit Grendelmeier, Ineke Grendelmeier. Ovan diplom för 50 tävlingar, fr v Peter Grendelmeier, Inez Löfqvist, Emmelie Tyrberg.

O-Ringen 2024

Här kommer lite information om funktionärsläget inför O-Ringen.

240301 var vi 182 Viljaner anmälda utav totalt 800 st anmälda funktionärer.

Här kommer en hälsning från Ida (Serviceansvarig) och Anne (Funktionärsansvarig)! Hej alla!

Sommaren närmar sig snabbt nu och de flesta börjar ha koll på sina semestrar. Nu är det hög tid att börja ringa runt och kolla med alla klubbmedlemmar som ännu inte är anmälda som funktionärer. Här nedan ser ni ett viktigt behov från service samt flera områden som också är eftersatta. Det är viktigt att få in så många av dessa vi kan ideellt för att slippa köpa in dyr kompetens. Servicefunktionen söker just nu lite extra efter funktionärer med särskild kompetens och behörighet. Det finns redan kompetenta funktionsansvariga med behörigheterna som har förståelse för utmaningarna och som är medveten om vilka kraven som ställs på förare med CE och C2 behörighet. CE innebär lastbil med släp.



Arbetsuppgifterna kommer i huvudsakligen vara transport av gods enligt tilldelat transportschemat, det vill säga från och mellan våra arenor och lokaler. I huvudsakligen under dagtid men kväll/natt transporter kan förekomma om chauffören känner sig bekväm med detta. Uppgifter som också kan förekomma kan vara lossning och lastning om man har Hjullastarkort. Förutom CE behörigheten så krävs ett giltigt förarkort samt att man känner sig bekväm med att framföra ekipaget och har någorlunda koll på gällande lagar och regler. Självklart kommer all arbetstid följa gällande kör och vilotidsregler.

C2 innebär truckkort för framförande av hjullastare. Arbetet kommer vara på någon eller flera av våra arenor, där man utför transporter efter tilldelat transportschemat. Uppgifter som kan förekomma kan exempelvis vara lossning, lastning och transporter men även att strö ut spån. En del

av tiden kan också vara oplanerad där man då hjälper till med hjullastaren där det behövs men även också hjälper till med och bygger, monterar och underhåller på exempelvis arenan eller campingen. Hjullastare som O-ringen kommer använda sig av tillhör både motorredskap klass ett och två. Det som krävs är ett giltigt truckkort för trucktyp C2 samt giltigt B körkort.

Återkoppla till ida.andersson@oringen.se och anne.lindell@oringen.se om ni vet någon som har någon av behörigheterna och som ni tror kan ställa upp. För övrigt så är vi nu 800 st funktionärer och vi skulle behöva bli ca 400 st till. Förutom förare till service så behövs många som kan hjälpa till med bygg, VA, IT, el, barnpassning, labyrinthen och försäljning mm. Till byggfunktionerna och IT behövs inte bara personer med kunskap utan även er som är praktiskt lagda och gärna gräver ner kablar eller annat fysiskt arbete, inom IT behövs ni som är den i er familj/bekantskapskrets som övriga frågar när datorn, TV'n, mobilen krånglar. Välkomna in med er anmälan i via <https://oringen.se/huvudmeny/funktionar/bli-funktionar.html>



Skidor

Vintern 2024

Redan på årets första dag blev det att ta fram snöskotern för att påbörja spårningen. Sen blev det ett antal spårningar för spåransvariga under den tre veckor långa köldperioden. Vi kunde tack vare bra underlag spåra både röda och blåa slingan plus ängarna. Då fanns det många olika varianter att välja på vilket är glädjande för oss som klipper och röjer spåren. Det kändes nästan som vi hade ett Orsa Grönklitt i miniatyr några dagar!!

På periodens allra sista kalla dag passade vi på att anordna klubbmästerskap vid klubbstugan. Det var tre år sedan sist och vi blev drygt tjugo startande i ett flertal klasser med Emil Kreutner och Emmelie Tyrberg som

klubbmästare i herr respektive damsenior. Vi körde varvbana på röda slingan som var förlängd med vändpunkt vid Flathultsmasten. Dagen efter var det halv storm och många plusgrader så snön rann bort! Sen blev det barmark i två veckor innan nästa snöfall kom in från kusten. Då blev att börja om med ny spårdragning som denna gång varade i 7 dagar. Också denna period kunde vi spåra upp alla de slingor vi i dagsläget kan använda. Glädjande nog så hade vi i klubben deltagare på skid-DM i masstart vid Eksjö skidstuga. Det var Vilgot Tyrberg och Emrik Eveborn som körde väldigt bra i var sin klass och lyckades med silver- och bronsplats. Även chauffören pappa Magnus kämpade bra i

hårda klassen H40.

Till årets Vasalopp skickade vi tretton deltagare till start i Berga by. Alla tog sig an de nittio kilometrerna i mycket tuffa förhållande med den äran. För flertalet av oss var det första gången som de körde och alla Viljaner tog sig till målet i Mora. (se sep artikel). Bra gjort!!

Vintern i Småland denna säsong bjöd faktiskt upp till många fina skiddagar med mycket möjlighet till träning och tävling. Många tog chansen att seeda upp sig till Vasaloppet på något av de tre seedningslopp som arrangerats i Småland i år. Tack till alla som hjälp till under säsongen och vi får hoppas på en liknande nästa vinter.

för skidsektionen/Våge



Våge och Maria Rindstig på klubbmästerskapet vid stugan.



Skidor - Lassalyckan



En skidhelg på Lassalyckan i januari är numera en tradition, till stor del tack vare Lars Kreutner, till höger.



Skidor - KM

Resultat Skid-KM 2024-01-21

| H17-40 9,2km | tid |
|-----------------------|--------|
| 1 Emil Kreutner | 33:43 |
| 2 Vilgot Tyrberg | 34:09 |
| 3 Mats-Olof Lingersjö | 34:13 |
| 4 Emrik Eveborn | 35:05 |
| 5 Olle Erlandsson | 37:30 |
| Alfred Tyrberg | Utgått |

| H60-70 4,6km | |
|---------------------|-------|
| 1 Sven Mikkelsen | 17:31 |
| 2 Jan Johansson | 23:24 |

| D17-40 4,6km | |
|-----------------------|-------|
| 1 Emmelie Tyrberg | 19:40 |
| 2 Elisabeth Mikkelsen | 20:37 |

| H40-50 6,9km | |
|---------------------|-------|
| 1 Johannes Karlsson | 25:21 |
| 2 Tord Hultberg | 29:40 |
| 3 Magnus Tyrberg | 30:16 |
| 4 Stefan Löfqvist | 34:42 |

| H50-60 6,9km | |
|---------------------|-------|
| 1 Våge Rindstig | 25:43 |
| 2 Peder Kvillemo | 26:04 |
| 3 Johan Eveborn | 29:30 |
| 4 Tony Lövdahl | 30:57 |

| D50-60 4,6km | |
|---------------------|-------|
| 1 Maria Rindstig | 20:32 |
| 2 Anna Svensson | 26:52 |

| D16 4,6km | |
|-------------------|-------|
| 1 Ester Sandqvist | 27:33 |
| 2 Ester Löfqvist | 29:24 |



Resultat Surdegen 2024



Långa banan, 10,5 km

- | | | |
|----|---------------|---------|
| 1. | Tord Hultberg | 1.47.00 |
| 2. | Bo Söderqvist | 2.11.00 |

Mellan banan, 8,3 km

- | | | |
|-----|--------------------|---------|
| 1. | Vilgot Tyrberg | 1.32.30 |
| 1. | Arvid Stark | |
| 3. | Theo Lövdahl | 1.33.20 |
| 3. | Olle Erlandsson | |
| 5. | Tony Lövdahl | 1.33.25 |
| 6. | Peder Kvillemo | 1.35.00 |
| 7. | Magnus Tyrberg | 1.41.00 |
| 8. | Emma Rindstig | 1.42.00 |
| 9. | Stefan Lövqvist | 1.45.00 |
| 10. | Sanna Grendelmeier | 1.46.00 |
| 11. | Ester Lövqvist | 1.47.00 |



Korta Banan, 4,7 km

- | | | |
|-----|--------------------|---------|
| 1. | Emrik Eveborn | 1.02.00 |
| 2. | Johan Eveborn | 1.04.20 |
| 3. | Peter Grendelmeier | 1.08.50 |
| 4. | Marit Grendelmeier | 1.08.55 |
| 5. | Nora Stark | 1.09.00 |
| 5. | Johan Stark | |
| 7. | Ester Sandqvist | 1.09.05 |
| 8. | Arne Erlandsson | 1.14.30 |
| 9. | Anna Svensson | 1.20.30 |
| 9. | Åsa Bergfors | |
| 11. | Ineke Grendelmeier | 1.42.00 |
| | Maximilian | brutit |
| | Marianne | brutit |

Väderförhållande

Ca 2 dm snö och minus 12° C

Sylvesterloppet/Planeringskonferens



God uppslutning på ett lite halkigt Sylvesterlopp runt Eckern. Traditionen är drygt 50 år gammal. Nedan från klubbens planeringskonferens på Folkhögskolan i januari.



Vasaloppet

Första söndagen i mars och vi gav oss iväg på en otrolig resa mellan Sälen och Mora. Allt började klockan 02:30 när alarmet gick och frukosten skulle ätas! Klockan 04 gick bussen från Mora mot starten i Sälen, väl framme välkomnades vi med lite duggregn och lera. Starten gick och för mig i startled 10 tog det ganska snabbt stopp. Men efter att ha köat uppför backen

så nådde jag tillslut toppen, 1h och 43 minuter efter att starten gick... Sedan gällde det att kämpa både mentalt och fysiskt för att ta sig vidare. Som tur var förlängde de reptiderna med en halvtimme, annars hade mitt lopp slutat i Smågan... I Evertsberg mötte jag på Bettan vilket var väldigt roligt! Efter det var det betydligt lättare en stund! Mörkret kom i Hökberg och ingen pannlampa fick jag så det var ett äventyr fram till

Eldris! Väl i Eldris var det bara att åka på i elljuset mot målet! När det var knappt tre kilometer kvar såg jag ytterligare en bekant rygg, Arne! Så då åkte vi och snackade nästan hela vägen in till målet. Otrolig känsla att få gå i mål på det 100:e Vasaloppet efter de förhållanden som dagen bjöd på! Alla 13 viljaner som ställde upp tog sig i mål och ska vara stolta över sin insats!

/Elin Rindstig



I fäders spår åkte Sven Mikkelsen, Elisabet Mikkelsen, Elin Rindstig, Olle Erlandsson och Arne Erlandsson.

Gym i stugan

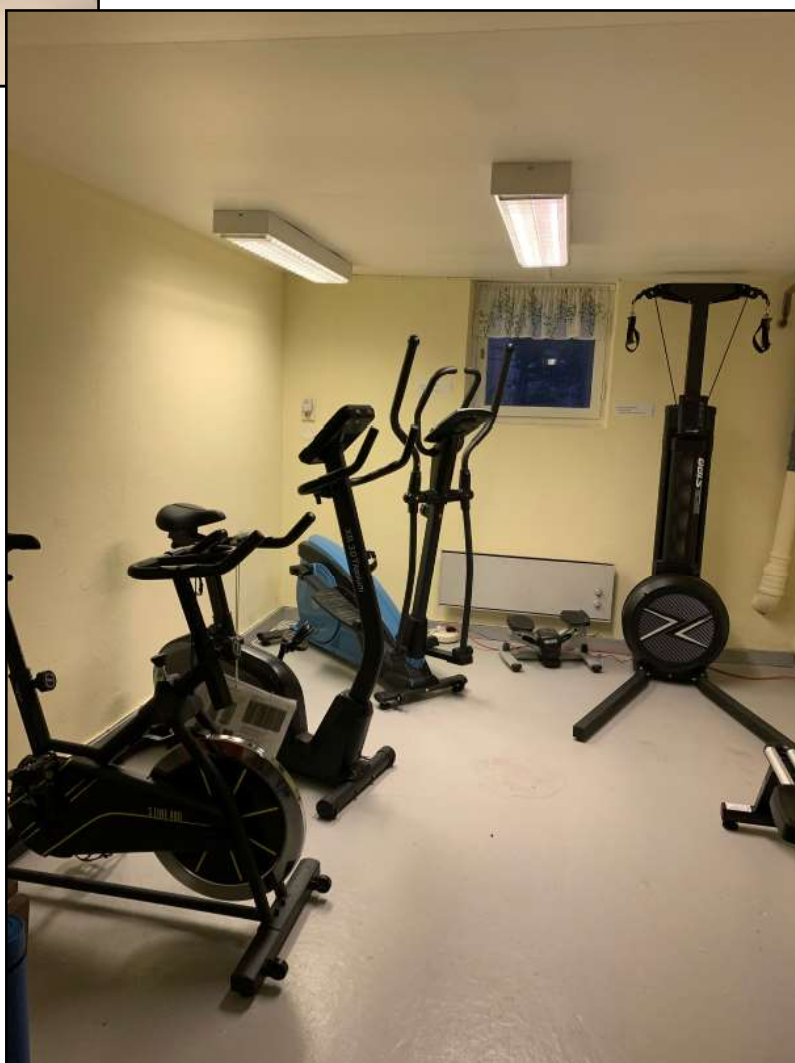


Viljan har fått gym!

Efter önskemål från flera klubbmedlemmar tog fastighetskommittén fram ett förslag om att installera ett gym nere i källaren. Arbetet börjades i höstas och då sattes två träningscyklar in och en stakmaskin (perfekt för er som vill träna skidor men inte orkar vänta på snön :)). Nu utvecklas gymmet för fullt och nu har även en crosstrainer och en roddmaskin kommit på plats. Nu finns alltså något för alla, vare sig du behöver träna rehab eller inte känner för att löpträna just idag. Gymmet är självklart öppet dygnet runt och året om och är till för alla våra medlemmar. Men vänligen torka av maskinerna efter du använt dom för allas trevnad.

/Amalia

Titta här! Det finns plats för många, ta gärna med en vän. Det brukar bli roligare. Sedan vi skrev i förra numret har gymmet utökats med fler maskiner.



Oskarshamn By Night

| Sammanställning OBN 2023/2024 | | | | | | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|--------|
| | | Delt. 1 | Delt. 2 | Delt. 3 | Delt. 4 | Delt. 5 | Totalt |
| Plac. | Dam Kort | 20231122 | 20231220 | 20240124 | 20240214 | 20240307 | |
| 1 | Ulla Nilsson | 8 | 6 | 4 | 8 | 12 | 38 |
| 2 | Anna Svensson | | | 10 | | 20 | 30 |
| 3 | Jessica Sandqvist | | 10 | 8 | 10 | | 28 |
| 4 | Inez Löfqvist | | | | | 16 | 16 |
| 5 | Madelene Oscarsson Erlandsson | | 8 | 6 | | | 14 |
| 6 | Tina Eveborn | 10 | | | | | 10 |
| Dam Mellan | | | | | | | |
| 1 | Ester Löfqvist | 8 | 8 | 10 | | 20 | 46 |
| 2 | Ester Sandqvist | 6 | 10 | 4 | 10 | 14 | 44 |
| 3 | Sanna Grendelmeier | 10 | | 8 | | 16 | 34 |
| 4 | Anna Svensson | | | | 8 | | 8 |
| 5 | Anna Hansson | | 6 | | | | 6 |
| 6 | Marit Grendelmeier | | | 6 | | | 6 |
| Dam Lång | | | | | | | |
| 1 | Klara Hultberg | 10 | | | | | 10 |
| Herrar Kort | | | | | | | |
| 1 | Jerry Svensson | | 10 | | | | 10 |
| Herrar Mellan | | | | | | | |
| 1 | Roland Nilsson | 6 | 10 | 8 | 8 | | 32 |
| 2 | Magnus Tyrberg | | | | | 20 | 20 |
| 3 | Stefan Löfqvist | | | | | 16 | 16 |
| 4 | Alvin Gunnebrant | | | | | 14 | 14 |
| 5 | Hans Södergren | | | | | 12 | 12 |
| 6 | Johan Eveborn | 10 | | | | | 10 |
| 7 | Lennart Kalen | | | 10 | | | 10 |
| 8 | Vilgot Tyrberg | | | | 10 | | 10 |
| 9 | Emrik Eveborn | 8 | | | | | 8 |
| Herrar Lång | | | | | | | |
| 1 | Tord Hultberg | 6 | | 6 | 6 | 20 | 38 |
| 2 | Erik Lennartsson | 8 | 10 | 10 | 10 | | 38 |
| 3 | Olle Erlandsson | 10 | 8 | 8 | 8 | | 34 |
| 4 | Sven Mikkelsen | 2 | 6 | 2 | 4 | | 14 |
| 5 | Stefan Löfqvist | 4 | 2 | 4 | | | 10 |
| 6 | Theo Lövdahl | | 4 | | | | 4 |
| 7 | Arne Erlandsson | 1 | 1 | 1 | | | 3 |
| 8 | Lennart Kalén | 1 | | | | | 1 |
| 9 | Göran Svenson | | | 1 | | | 1 |
| 10 | Våge Rindstig | | | 1 | | | 1 |

Nostalgi/korsord



En veteranbild från 2008 med många kända ansikten och där några inte finns med oss längre.

| | | Fotbeklädnad | | | | | | | | | |
|---------------------|---|--------------|---|---|--|--|--|--|--|--|--|
| | | ↓ | | | | | | | | | |
| Förkortning SI → | | | | S | | | | | | | |
| Grönt i staden → | | | | | | | | | | | |
| Låter som myggor → | | | | I | | | | | | | |
| Trädens konung → | | | | | | | | | | | |
| Sälen till Mora → | | | | | | | | | | | |
| Småfågel → | R | | | | | | | | | | |
| Stadie efter kärr → | | | | O | | | | | | | |
| Dåtida samlarfolk → | | | G | | | | | | | | |

Viljankorsordet by Hedda. Rätt svar finns på sidan 18. Hela lösningen kommer i nästa nummer av Kampen.

Veteranerna



Ovan vandring runt Kilen under en kort vintervecka i januari. Nedan en vecka senare var det bara pisten i Hjortberget kvar.



Rätt svar i korsordet på sidan 17 är spikskor.

Grattis jubilarer!

| Namn | | Fyller | Datum |
|-------------|-----------|--------|--------|
| Birgitta | Magnusson | 80 | 30-apr |
| Sylva | Lindahl | 80 | 03-maj |
| Britt-Marie | Carlsson | 70 | 31-maj |
| Ulf | Rindstig | 60 | 15-apr |
| Kristina | Axelsson | 50 | 01-maj |
| Jenny | Ottosson | 50 | 23-jun |
| Erik | Svenson | 40 | 21-maj |
| Anna | Ivarsson | 40 | 29-maj |
| Samo | Abbas | 20 | 11-maj |
| Vendela | Sturek | 20 | 01-jun |
| Elvis | Eckerberg | 20 | 27-jun |
| Tuva | Thornberg | 10 | 13-maj |
| Ava | Forsell | 10 | 16-jun |



Britt-Marie 70 år



Ulf 60 år



Vendela 20 år

