



O-Ringen - nu är det nära



O-Ringen Smålandskusten 2024 kommer allt närmare. Första kiosken är på plats på campingen. Läs mer på sidan 6.

Ordföranden har ordet



Nu har det aldrig varit närmare än vad det är nu! O-Ringen närmar sig på riktigt! Men när jag ser tillbaka på de senaste månaderna blir jag glad över att vi har kunnat hålla igång vår verksamhet på ett mycket bra sätt.

Det mesta har rullat på som vanligt och vi har till och med utökat med nya inslag, då tänker jag på att vi erbjudit en intensivkurs i Orientering. Mycket bra initiativ, tyvärr var deltagarantalet lite lågt men vi får hoppas det kan bli fler tillfällen.

Ungdomskursen har också genomförts på ett mycket bra sätt, det är mycket jobb som ligger bakom. Förutom att vi är ett 15 tal ledare som ställer upp varje vecka så har vi god hjälp med utsättning och inplock av kontroller. Under våren har ett 20-tal personer turats om att ställa upp med detta. Tillsammans kan vi göra

mycket!

För att locka till tävling genomförde vi en Ungdomsserie på en utav tisdagarna med lyckat resultat, HD-10 hade 45 startande Viljanlöpare. Det här måste vi jobba vidare med så fler får upp ögonen för att tävling kan vara något för alla.

På tal om tävlande har det varit mycket aktivitet under våren med höjdpunkter som 10-mila och Swedish League i Örebro som du kan läsa mer om i detta nummer av kampen. Både Natt-DM och Sprint-DM har också genomförts med bra representation av oss från Viljan. Vårt Terräng-KM har också precis genomförts. Mycket trevligt arrangemang som avslutades med grillning och prisutdelning.

För egen del finns nu ett före och ett efter O-Ringen! Nu kommer allt fokus ligga på O-Ringen, otroligt häftigt men också mycket jobb. För någon vecka sedan cyklade jag ut mot

Rödsle och jag kunde redan höra ljudet av dubbskorna mot asfalten från alla som var ”på väg till start”!

Ja, det är svårt att föreställa sig hela Döderhultsdalen full med husvagnar och folk men om några veckor är det verklighet! Tillsammans gör vi det ”redigt bra”!

/Stefan L



Ester Sandqvist och Marit Grendelmeier delade på segern i Sprinthelgens etapp 2.

Material till Kampen nr 3-2024 lämnas senast 15 oktober.



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



ALBIN I GHANA

Lördagen den 8 juni var det dags för idrottsfrukost på Corallen igen. Den här morgonen var det Albin Borg som tillsammans med Melinda Bergstrand skulle berätta om Albins spännande äventyr i Ghana. Det var en helt fantastisk föreläsning där Albin med stor inlevelse berättade hur han skulle lära barn i Ghana att spela innebandy. Hur han försökte packa ner

så många klubbor, bollar och västar som bara gick att få med på flyget, hur han kom till en cementslagad yta utan sarg där han skulle försöka introducera sporten innebandy för lika många tjejer som killar. Vi fick ta del av många bilder och

filmklipp som Melinda hjälpt till att sprida på sociala medier. Snacka om att göra skillnad! Om ni är nyfikna och vill se mer ska ni gå in och följa Albin på instagram @borgalbin

// Maria

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.

JULI

SKÄNK DIN PANT TILL



#ORINGEN
#SMALANDSKUSTEN

GENOM ATT TRYCKA PÅ DEN GULA GÅVOKNAPPEN

TACK FÖR DIN GÅVA!

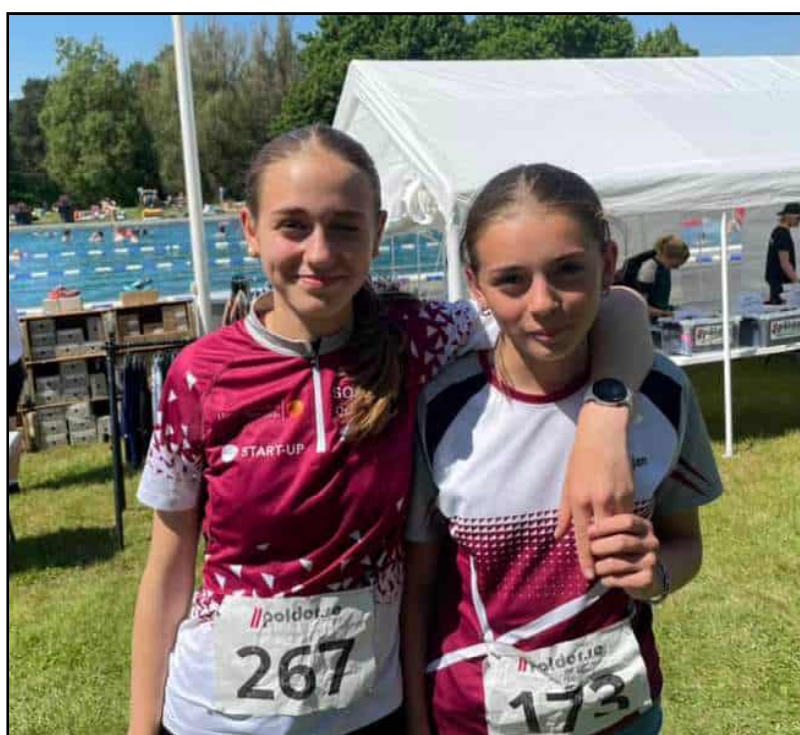


Natt-DM och Natt-SM



Marit Grendelmeier tog guld i D14 vid natt-DM i Lammhult. Detsamma gjorde Anna Svensson i D50, hennes åttonde DM-guld totalt. På natt-SM i Ärla blev Emma Rindstig 21:a och Theo Lövdahl 20:e.





Alla Viljans löpare i SSM i Jämfö kom in bland de tolv bästa. Från vänster Vilgot (6:a), Marit (2:a), Sanna (2:a), Ester L (6:a), Ester S (12:a) och Inez (9:a). Lilla bilden: Marit (till höger) har vunnit 13 tävlingar under vårsäsongen och Sanna fyra, däribland var sitt DM-guld i sprint. Övriga med en seger är Alvin G, Alfred T, Ester L och Ester S.

O-Ringen Smålandskusten 2024



Snart är det bara en månad kvar till invigningen av O-Ringen den 21 juli på Brädholmen. Deltagarnas gångstråk från O-Ringenstaden in till centrum har pyntats med flaggor, stigar röjs och nyligen kom första kiosken på campingen på plats. Staden färgas mer och mer av O-Ringen som är bland det allra största som hänt i Oskarshamn och Smålandskusten.



Hittaut Smålandskusten/Oskarshamns Stadslopp

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.

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.

Efter en dryg månad hade 900 personer registrerat sig och dessa hade besökt sammanlagt 19 000 checkpoints. I hela Sverige med 93 projekt är det 64 000 deltagare med totalt 2,1 miljoner registrerade checkpoints just nu (i mitten av juni).



natur  **passet**

Föreningen Ölandskartor arrangerar som vanligt Naturpasset på norra Öland - Böda Sand och Ramsnäs. Pågår 13 juni - 1 september. Mer info på hemsidan.



Lämmeltåget i Nässjö



LÄMMELTÅGET 2024

En av vårens roligaste aktiviteter för våra ungdomar är Lämmeltåget i Nässjö. Vi åker stor buss, det finns banor som passar för alla och vi åker till Lek och Lattjo i Vimmerby efteråt! Viljan kunde, trots USM-läger för våra 16-åringar och lite återbud in i det sista, ställa upp med hela 7 lag. 1 lag

i klass A, 2 lag i klass B och 4 lag i klass C. Många sprang sin allra första tävling och några sprang alldeles själva för första gången. Alla gjorde sitt bästa, ivrigt påhejade av klubbkompisarna. Tre av våra juniorer, Theo, Vendela och Alvin åkte med på resan som ledare. De fick skugga, peppa, fixa ansiktsmålning

och håruppsättningar. Detta var toppen då de är mycket fina förebilder för våra yngre löpare. Härligt att även så många föräldrar hängde med och stöttade barnen och ställde upp som lagledare. Det blev ytterligare ett träningspass på leklandet i Vimmerby där alla trivdes och hade skoj.

// Maria



10-mila i Nynäshamn

Tiomila Nynäshamn 2024

Arbetet med att få ihop lag till årets Tiomila startade redan i januari. Då fick vi i OL-sektionen in intresseanmälningar så vi såg att det var möjligt att anmäla ett lag i varje klass, vilket vi tyckte var roligt.

Tiden löpte på och under våren märkte vi att det lag som skulle bli svårast att få ihop var herrlaget pga skador och diverse andra händelser, men även i ungdomslaget och damlaget skedde det förändringar.

På dagen för Tiomila hade vi trots detta två helt egna lag i ungdomsstafetten och damkavlen, i herrkavlelaget fick vi till sist ta in två utomstående, Oscar från IKHP och Carl från Västervik. Trots detta var det en glad och förväntansfull trupp som tog sig till Nynäshamn och arenan. Ungdomslaget var de första att ge sig ut i skogen och laget bestod av Vilgot, Marit, Ester S, Inez och Sanna. Alla gjorde stabila och bra lopp och i mål hamnade de på en 34:e plats.

Efter ungdomsstafetten var det dags för det nya upplägget i Tiomila med tre dagsträckor för herrarna. Oscar från IKHP, som sprang första för oss, gjorde det han skulle och vi var med bra. Därefter sprang Pontus ut på andra, men här hände något och han kom i mål som felstämplad, kontakt med tävlingsledningen togs och vi fick springa som om inget hänt,

eftersom Pontus sa att han varit vid rätt kontroll och det kunde inte kontrolleras i enheten förrän efter stafetten var i mål. Alltså sprang vi vidare på sträcka tre och sedan var det dags för uppehåll med omstart på Långa Natten.

Här klev då damerna in med start av sin stafett, Elin sprang första sträckan i vårt lag och

sprang ut i Nynäsudden. Uppfattade alla som nöjda med sina genomföranden och herrarna klarade omstarten med marginal. Dock visade det sig någon dag efter att vi var felstämplade så vi blev detta år oplacerade, men nästa år då ska vi se till att ha ett lag på startlinjen igen och då är det fokus på att springa hela



eftersom Klara lämnat återbud sent fick vi rumstera om lite i laget och Anna S klev in på den andra nattsträckan. De två löste sina sträckor på ett bra sätt och sedan var det bara att invänta omstarten efter att herrarna gått i mål på morgonkvisten.

Theo fick starta där laget låg eftersom vi inte visste om vi var fel- eller rättstämplade på sträcka 2. Han sprang enligt plan och även de andra som

stafetten som godkända. Vi hoppas på att vi till nästa år kan få ihop ett eget lag, det är ju faktiskt inte svårare eller längre än Jukola och dit har vi ju en del motionärer som hänger med och springer. Häng med till Tiomila också, det är en upplevelse!

Forts. 10-mila sidan 10.

Bilder från 10-mila

Forts från sidan 9.

Efter att herrarna gått i mål var det dags för damerna igen. Här skickade vi ut Vendela på den långa dagen och hon kämpade trots skavsår och såg till att Sanna, som dubblerade ungdoms- och damstafetten, kunde komma ut på sin bana. Efter Sanna blev jag utskickad på en 6 km sträcka och det var kul att få komma ut i terrängen och dra mitt strå till stacken, hade ju fått hoppa in i laget då Klara lämnade återbud på lördagsmorgonen. Får nog säga att denna terräng liknar den jag har som favorit i Stockholm så banan och terrängen fick bra betyg hos mig, dock var jag ute alldeles för länge så Ineke fick springa ut i omstarten, men som hon gjorde det! Så stolt över att vi fick ihop ett eget lag och till nästa år ska jag träna mer löpning i skog om det är så att reserven måste kliva in igen 😊 Vi landade på 221 plats men hade vi haft både Klara och Emma i laget hade vi definitivt kommit högre upp. Nu kommer det utvärderas och lyftas på stenar och kanske göras förändringar till nästa år, vet att Tiomilaföreningen skicka ut en enkät för att få in feed-back på vad som var bra och mindre bra. Jag själv tycker det var kul att damerna får springa natt, men jag är inte road av stafetter som bryts av, meningen är väl att man skall växla till varandra i ett ständigt



pågående flöde, enligt mig är det lättare att hålla spänningen vid liv då. Jag hoppas vi är många i orienteringssverige som svarat på enkäten och att Tiomilaföreningen hittar en bra och hållbar lösning så att alla som vill får springa natt.

Vid pennan

Anna Hansson

På föregående sida Ester Sandqvist på sträcka 3 i ungdomslaget och ovan Sanna Grendelmeier i mål på en fin 34:e-plats.

Ungdomsavslutning



Vårens nybörjar- och ungdomsträning avslutades med stafett vid klubbstugan i slutet av maj.



Terräng-KM



RESULTAT TERRÄNG-KM

11 JUNI 2024

Rekorddeltagande,
66 startande o 15
klubbmästare korade.

KNATTEKLASS	300 m
Stella Ekström	
Astrid Huuva	
Folke Eskilsson	
Sigrid Hilmersson	
Elvira Runemark	
Bastian Hasselgren	
Ester Wigren	
KNATTEKLASS 600 M	
Victor Nygren	
Elsa Huuva	
Elias Pedersen	
Wide Leidecker	
H -8 1,5 km	
1 Sam Ragnheden KM	8,25
2 Leon Ragnheden	9,10
3 Hjalmar Hilmersson	11,55
4 Vidar Runemark	12,10
5 Oliver Kulander	12,13

D -8 1,5 km	
1 Majken Eskilsson-Nilsson	9,11
KM	
2 Stella Wigren	9,25
3 Alice Eskilsson	9,30
4 Felicia Erlandsson	10,20
5 Kleo Kulander	11,40
H 10 2,0 km	
1 Joni Sarius Falk KM	11,36
2 Anton Nygren	11,45
3 Lennox Hakansson	14,02
4 Samuel Lundin	14,05
5 Sixten Welin	14,06
6 Frank Lager	15,27
D 10 2,0 km	
1 Voske van Asseldonk KM	9,23
2 Sigrid Ekström	11,55
H 12 2,0 km	
1 Frej Ragnheden KM	10,08
2 Rasmus Pedersen	14,01
D 12 2,0 km	
1 Jonna Sarius Falk KM	15,15
2 Amalia Leidecker	15,17
3 Emmelie Do	15,19
D 14 4,0 km	
1 Ester Sandqvist KM	16,54
1 Inez Löfqvist	20,45
D 16 4,0 km	
1 Sanna Grendelmeier KM	17,16
2 Ester Löfqvist	17,19
H 40 6,0 km	
1 Edwin van Asseldonk KM	22,26
2 Tom Ragnheden	24,35
3 Magnus Tyrberg	25,30
4 Tord Hultberg	26,38
5 Stefan Löfqvist	26,51
6 Arne Erlandsson	28,22

D 40 4,0 km	
1 Moa Gunnebrant KM	18,22
2 Emmelie Tyrberg	20,46
H 50 4,0 km	
1 Johan Eyeborn KM	16,35
2 Sven Mikkelsen	16,38
3 Peder Kvillmo	17,30
4 Peter Grendelmeier	17,31
D 50 4,0 km	
1 Ineke Grendelmeier KM	19,50
2 Tina Eyeborn	20,54
3 Anna Svensson	24,22
4 Anna Hansson	25,41
H 70 2,0 km	
1 Göran Svenson KM	8,50
2 Hans Svenson	10,00
H 17-40 6,0 km	
1 Johannes Engberg	21,34
2 Theo Lövdahl KM	21,48
3 Alvin Gunnebrant	22,00
4 Vilgot Tyrberg	22,19
5 Axel Eyeborn	24,33
6 Olle Erlandsson	24,59
7 Anton Gunnebrant	25,16
8 Mattias Ekström	29,17
D 17-40 6,0 km	
1 Vendela Sturek KM	32,29
2 Elin Rindstig	32,39
MOTION 4,0 km	
Oskar Kulander	
Ditte Lager	

Arbete med motionsspåren



Viljans motionsspår röjs och grusas vid arbetsdagar några gånger om året.



Storstädning i stugan/Göteborgsvarvet



Delar av städgruppen under fikapaus vidorstädningen av klubbstugan.

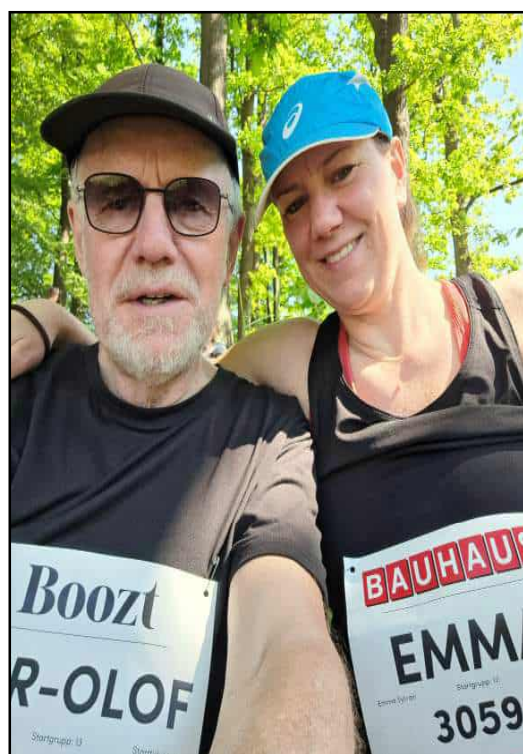
Göteborgsvarvet 19 gånger

P-O Sylvan, 75-årig Viljanmedlem och flitig veteranvandrare, är även en flitig löpare som gärna springer Göteborgsvarvet. Vi frågade P-O hur många lopp det blivit och varför han håller på.

- Jag började springa Göteborgsvarvet 1992 och det har blivit 19 st sedan dess. I år blev tiden 2.24 men tiderna blir sämre för varje år. Jag undrar om det har med åldern att göra eller om det beror på träning och att det inte är så viktigt med tiden längre.
- Att jag fortsätter springa beror på att min dotter Emma utmanar mig. Hennes familj är aktiva orienterare och

kommer att bo hos oss under O-Ringen i sommar. Emma är född 1981 och har sprungit Göteborgsvarvet 10 gånger. Hennes bästa tid är strax över två

timmar. De sista åren har Emma slagit mig med 10-15 minuter. Det är tufft att utmana 45-åringar men jag får träna mer till nästa år för att lyckas komma ner på hennes tider.



Dubbla SM-guld i MTBO



Leif Carlsson tog dubbla SM-guld i MTBO på Lassalyckan i Ulricehamn och har därmed tre totalt. Dessutom silver till Agneta Carlsson och brons till Åsa Bergfors. Medaljtabellen vid SM i MTBO:
Leif Carlsson 3 guld, 1 brons
Åsa Bergfors 1 guld, 1 silver, 2 brons
Agneta Carlsson 1 silver



Swedish League/Pölder OL-cup/Gympa

Kristihimmelsfärd i Örebro
Swedish League #4-5 och Närkekvartetten avgjordes under Kristihimmelsfärd i Örebro. En extra rolig helg för mig (Elin) som pluggar där! De första två tävlingarna avgjordes i riktigt tuff Kilsbergs-terräng. Många tyckte medeldistansen var tuff och då väntade en långdistans dagen efter... Efter fredagens TUFFA tävling letade vi restaurang i ett fint Örebro. Vi gick förbi slottet och vidare till en grekisk restaurang där vi fick plats alla 19! På lördagen väntade en vilodag för oss i Swedish League där det blev 9-kamp och frisbeegolf med mera. Söndagen avslutade helgen med deltävling #4 i stafettligan. Tävlingen avgjordes i lite mindre tuff terräng vid Ånnaboda, där

ställde vi upp med ett damlag respektive herrlag. Viljan hade även ett lag i klassen ungdom-16 där våra tjejer stod för en kanonprestation och blev

bästa rena tjejlag! En riktigt rolig helg i Örebro enligt mig!
/Elin Rindstig



Pölder OL-cup

Tjejerna till vänster tillhör alla toppen av Pölder OL-cup efter halva säsongen.

D16 1 Sanna 2 Ester L

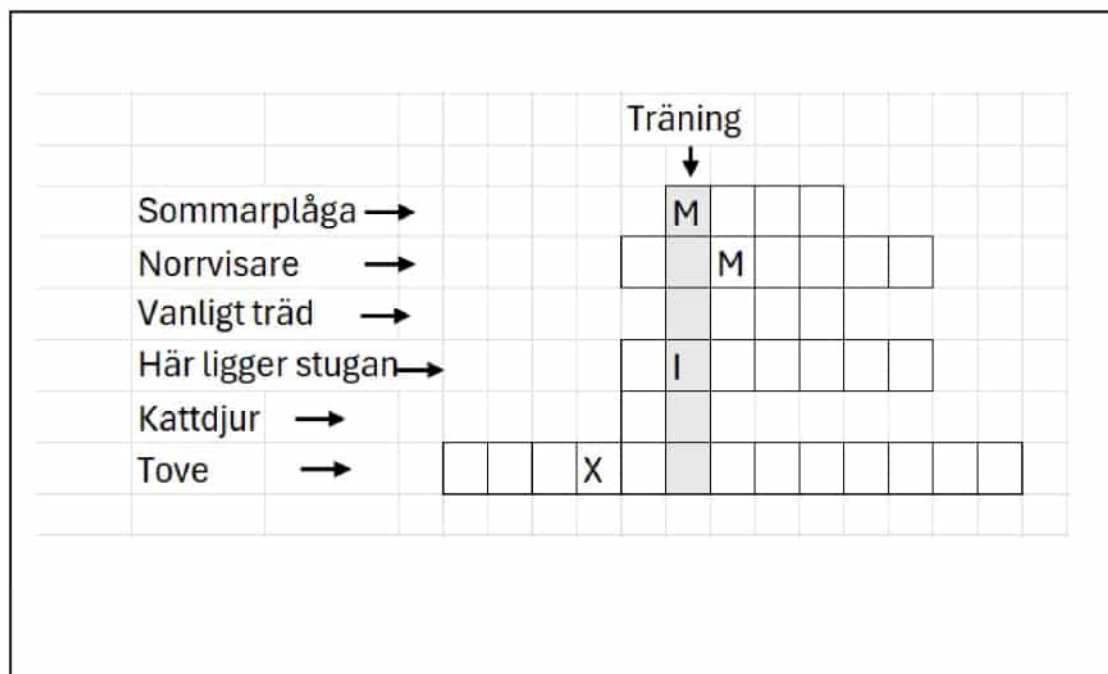
D14 2 Marit 6 Ester S

Dessutom Inez 11:a i D14 och Vilgot 4:a i H16.

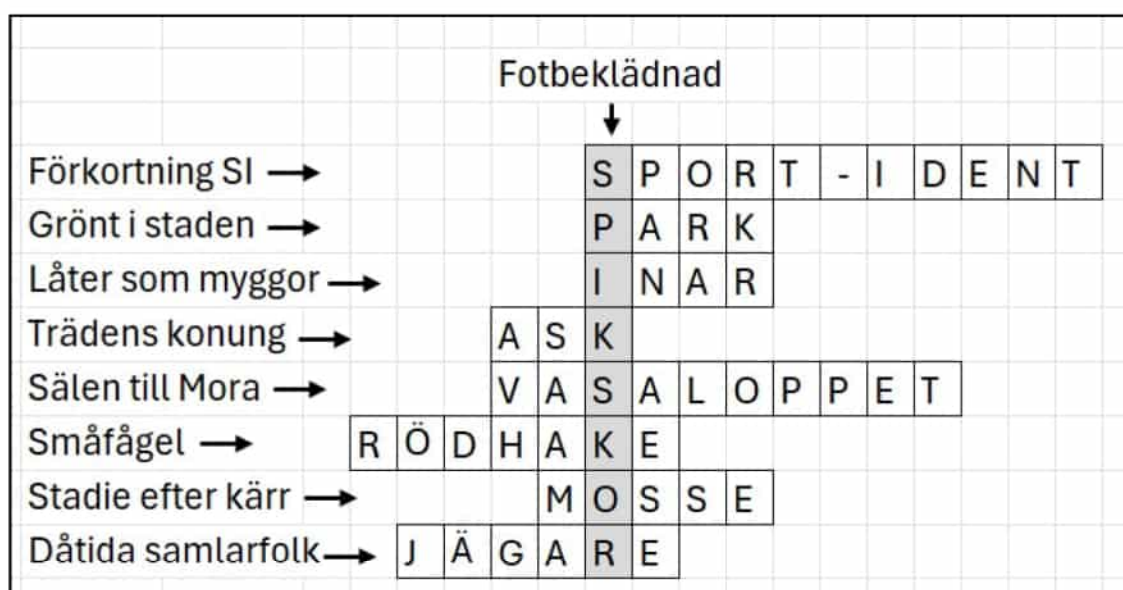
Ovan tjejlaget i Örebro och nedan från avslutningen av årets gympa.



Korsord



Viljankorsordet by Hedda. Rätt svar finns på sidan 18. Hela lösningen kommer i nästa nummer av Kampen. Nedan hela lösningen från förra numret.



Veteranerna



Ovan fikapaus vid besök i Marströmmens vattenråd i slutet av maj. Nedan en tidig vårvandring vid kusten utanför Sörvik.



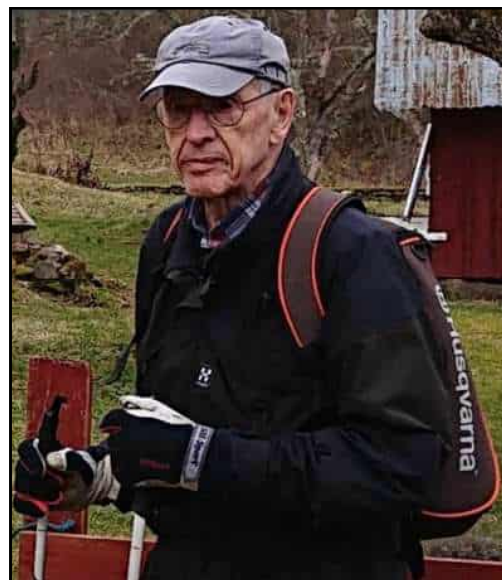
Rätt svar i korsordet på sidan 17 är motion.

Grattis jubilarer!

Namn		Fyller	Datum
Bo	Hasting	95	21-jul
Kurt	Ottosson	90	16-aug
Leif	Lundqvist	80	12-jul
Anita	Berg	80	27-aug
Karl-Ingvar	Berg	80	21-sep
Lennart	Johansson	80	22-sep
Ingrid	Sandberg	80	12-okt
Sven-Bertil	Johansson	80	20-okt
Nils-Göran	Pettersson	70	19-jul
Annika	Kalén	70	14-aug
Stefan	Carlsson	70	27-sep
Christina	Gunnarsson	70	05-okt
Britt-Louise	Holgersson	70	08-okt
Christer	Ek	70	13-okt
Marie-Louise	Sylvan	70	18-okt
Christer	Nesting	70	19-okt
Håkan	Johansson	70	29-okt
Bo	Åsberg	70	29-okt
Lennart	Kalén	70	31-okt
Pia	Karlsson	50	03-jul
Micke	Andersson	40	10-sep
Mattias	Ekström	40	11-sep
Niklas	Digréus	30	29-sep
Emma	Rindstig	20	25-jul
Theo	Lövdahl	20	10-sep
Livia	Brorson	10	11-jul
Nora	Alexandersson	10	23-jul
Agnes	Brink	10	28-jul



Emma och Theo 20 år



**Kurt
90 år**



**Stefan
Lennart
Håkan
70 år**

