SVETT-

BLADET

UTGIVET AV VISBORGS OK **VÅREN 1987**

Vilken härlig snövinter vi har haft - med massor av snö, med massor av ungdomar i skidskolan, med massor av fina segrar i skidspåren. Vi väljer dock att som "omslagspojkar" visa två flitiga skidungdomar på sedvanligt poseringsmanér - skidorna upp! OSCAR SUNDBLAD och ANDERS LINDSTRÖM - härliga VOK-representanter!

nya

SVETTBLADET

MER ELLER MINDRE OFFICIELLT ORGAN FÖR VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB OCH DESS MEDLEMMAR.

Utkommer tre gånger om året, nr 1 i mars, nr 2 i juli och nr 3 i december.

Upplaga: cirka 300 exemplar = 1 ex / familj.

HUVUDREDAKTÖRER: Björn och Gunnel Fransson med adress: Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel. 0498/64568. Ring gärna!

REDAKTÖRER: Kommittéledare och alla andra som blir ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ vill skriva något! Välkomna!

INNEHÅLL

Sid 2: Unos hörna. Årsmötet
Sid 3: På gång - VOK-notiser
Sid 4: Skidsektionen sammanfattar
Sid 5: Klubbmästare på skidor
Sid 6: Skidtävling - exklusiv sport?
Sid 7: OL-sektionen planerar.VOK-Shop
Sid 8: Hasse på 30-mila-OL
Sid 10: Lennart Lissheim - ny OL-bas
Sid 11: Vinterträningsparadiset
Sid 12: Debatt! VOK-Satsning?
Sid 13: 10 års motionsdans. Mankan!
Sid 14: En av VOK-familjerna Larsson
Sid 16: VOK-Funktionärer.Hobbyklubben

H-REDAKTÖRERNAS ORD

Ojojoj!

Angenäma problem för en redaktör! Bristen på plats är akut! Trots 16 sidor ! Trots att antalet bilder är nere i minimum! Hoppas alla läsare får några angenäma timmar i läsestolen. Redaktörens stunder får nog räknas i dagar, men annäma har de varit. Ha en fin vårsäsong!

FAMILJEN FRANSSON

ÅRSMÖTET

Som nybliven medlem i VOK ville jag bevista årsmötet och erkänner härmed att det var mycket beroende på nyfikenhet . Ty då jag hört att medlemssiffran är ca 600, undrade jag hur årsmötet skulle kunna hållas i VOK-stugan?

Döm om min förvåning när ingen av de närvarande tycktes reagera över att det inte ens blev fullsatt. Detta trots att VOK är en mycket aktiv klubb med duktiga funktionärer och kunniga ledare.

UNOS HÖRNA

När du läser detta är skidsäsongen slut och vi väntar bara på att snön ska försvinna bort, så att vår andra stora begivenhet kan börja - orienteringen!Hoppas vi ska få en framgångsrik OL-säsong!

Jag vill framföra mitt och styrelsens tack till alla som medverkat i alla skidarrangemang. Ni har gjort en stor insats för skidsporten. En särskild eloge till ledarna för 24-timmars , som blev en succé igen. Tack än en gång!

Vad händer nu närmast i VOK-sammanhang? Förutom träningar och tävlingar alltså?

Vi ska organisera skogsplanteringen,och om det går som vi tänkt skall ett nytt spår anläggas för att våra hundägare ska få möjlighet att utöva sin sport - draghundskörning - samt ges möjlighet att rasta sin hund i samband med löpning eller skidåkning. Spåret kommer att dras runt Storvidemyr och bort mot Skrubbs . Med ett seperat hundspår kan vi införa hundförbud på övriga spår. Så har man det på många platser på fastlandet.

Styrelsen har även tillskrivit Gotlands Motorförening och erbjudit våra tjänster att organisera och genomföra serveringen m m på Endurotävlingen i höst.Om det erbjudandet antas, väntar ett stort jobb och - förhoppningsvis - ett stort ekonomiskt tillskott till klubbkassan.

Vi skall pröva intresset för medlemsmöten med att inbjuda medlemmarna till ett ÖPPET HUS, där vi över en kopp kaffe kan diskutera, kritisera, informera om allt som rör klubben. Vad tror Du om detta? Vi hoppas på stort gensvar!

Se upp för våren - den kan vara farlig!

Hälsningar från

Vid genomgången av verksamhetsberättelsen fick jag dock en lite annan syn och förståelse för hur aktiviteten är fördelad. Där framgick med önskvärd tydlighet att många, många gjort fina insatser "på fältet" och det är ju där verksamheten skall vara.

Men samtidigt ges vid årsmötet en möjlighet för medlemmarna att tacka de många som jobbar med den tunga "pappersexercisen" och lägger ner så mycket arbete på föredömliga rapporter, prislistor, budgetar m m.

De är väl värda den uppskattning det skulle innebära med ett välbesökt årsmöte!

JAN LARSSON

PÅ GÅNG! VOK-NOTISER!

SKOGSPLANTERING

Jodå! Även i år skall det planteras skog! VOK har fått ett stort område på norra Gotland. Arbetet kommer att organiseras så, att en "tjänstgöringslista", efter ungefär samma modell som listan över studvärdar, kommer att upprättas och tillställas de aktiva medlemmarna.

Det är vår stora förhoppning att "listan" skall mottagas positivt, så att arbetet kan utföras på bästa sätt.

Skogsplanteringen ger klubben en god ekonomisk förtjänst (över 16000 kr förra året!) - i år är siktet inställt på 22000;-! Det du...

Med en bra organisation och en välvillig inställning från Dig klarar vi målet!! Vi hör av oss! (UNO)

"GUBB"-TRÄFF

VOK:s gubbar (50 år och äldre) planerar en träff FREDAGEN DEN 22 MAJ.Plats blir förstås VOK-Stugan. Är du intresserad, så kontakta Mankan, tel 13409!

MANKAN

Synd man inte får vara med, för gissa om det kommer att ljugas gamla minnen?

Nu...
Nu ni...
I år ännu häftigare...

OL-KURS-DAGS

Orienteringsskolorna börjar

LÖRDAGEN DEN 4 APRIL KL 0930

och kommer att pågå nästan varje lördag på samma tid.

I år kan du välja mellan följande grupper:

I Knattegruppen, ca 3-6 år

II Nybörjare, ca 7-12 år

III Fortsättningsgruppen

IV Föräldrakursen,upp till 100 år!

För OL-skoleeleverna blir det en HAJK vid VOK-stugan 16-17 maj!

I år ännu häftigare...
Då ni...
Då...

Upplysningar: ANN-MARIE LUNDQUIST TEL 73270

FAMILJEHELG

28-31 maj (Kristi Himmelsfärdsdagshelgen) anordnar VOK traditionsenligt ett läger för hela familjen på Fårö. Tonvikten är lagd mera på ett trevligt umgänge familjerna emellan än ren OL-träning, vilket inte hindrar de riktigt aktiva att ta egna träningspass.

Har du varit med förr, vet du hur trevligt det brukar vara! Ni andra kan ju chansa... Kontakta lägerchefen för året Uno Johnsson eller Mankan!.

MANKAN

MOTIONS-VOK

Det har bildats en ny motionsgrupp inom OL-sektionen. Den består av:

* ROBERT GUSTAFSSON (sammank.)
* BO MAGNUSSON
* OLOF BERGLUND

De nya krafterna skall nu försöka att förverkliga de planer som föregående kommitté har utarbetat. Grundtanken för i år är att VOK:s motionsverksamhet även skall synas utanför klubben, bl a för att den vägen värva nya medlemmar.

Vi kommer att aktivt bearbeta ett av Visbys större bostadsområden för att få deltagare till nybörjarkursen för vuxna. Vi vädjar även till alla VOK-are att ni inbjuder era vänner och bekanta. Vi lovar att lära ut orientering och motion på ett avspänt och lekfullt sätt.

*** LÖRDAGEN DEN 4 APRIL STARTAR VI ***

Vi skall även försöka att få till stånd en OL-DAG i samarbete med Domus Sport . Meningen är då, att VOK:s motion skall presenteras och bjudas ut till allmänheten.

Naturligtvis så finns vanliga TRIM även i år.

*** FR O M 1 APRIL KAN MAN SPRINGA ***

En brasklapp får vi väl lägga in, beroende på hur snösituationen ser ut vid denna tidpunkt. Senare under våren kommer vi att kunna erbjuda "CYKEL-TRIM" , ett arrangemang som vi hoppas att många tar tillfället i akt att pröva på.

Väl mött till ett aktivt motionsår,önskar vi i motionskommittén.

nya

OLOF BERGLUND

SKIDSEKTIONEN

SAMMANFATTAR

Dagarna börjar bli längre, man kan höra fåglarnas kvitter - en föraning om våren har man allt, fast det i skrivande stund ännu är full vinter. En underbar sportlovsvecka med sol och lagom kyla har vi bakom oss. Vi skall ännu avverka KM på skidor och VOK-Spelen och ännu är det två omgångar skidskola kvar, med Barnens Vasalopp och Skidskolemästerskapet. Jag tror att vi ännu har många fina skidoagar kvar, så passa på att utnyttja dem innan våren är här!

Barmarksträningen kom igång på sedvanligt sätt, med löpträning, styrkegymnastik och rullskidåkning. Gunnar A och Tommie O höll i trådarna och såg till att alla tränade på rätt sätt. Rolf M har , som tidigare, med stor bravur basat för styrketräningen på Norrbackaskolan.

Vad vore Fårö utan VOK:s barmarks-läger på hösten? Inte mycket! Den som inte har upplevt Fårö i oktober-november borde göra det någongång - det lukar så gott, luften är så klar, det är så tyst - utom i närheten av våra VOK-ungdomar förstås! Under vår ordf. Uno J:s säkra lägerchef ledning avklarade vi läger nr 18 och 19 så i nästa år är det 20-gångersjubileum.

Rullskidcupen, med tre deltävlingar, avverkades på Lantmännens område. Tänk - jag tror det regnade eller duggade varena gång, så jag förstår att Peder W föredrog att sova över det hela mitt på blanka lördagseftermiddagen. Ja, vad måste inte våra rullskidåkare stå ut med ! Allt löpte dock väl under Sven P:s säkra ledning.

Det börjar nu närma sig december och i stort sett hela Sverige har fortfarande ingen snö. Hur skulle det gå med snölägret i Idre i norra Dalarna? Det gick inte alls utan våra snölängtande ungdomar fick ge sig av till Ramundberget , där det fanns snö. Att träna i samma skidspår som skidlandslaget och under Rolf P och Gunnar A:s ledning kan inte leda till något annat än ett lyckat läger. Dessutom var maten tydligen urbra, lagad av en kock inlånad från Magasin 3 i Visby hamn.

Tänka sig att vintern kom lagom till jul med mycket snö och kyla! Underbara skiddagar vid VOK-stugan i julhelgen - vem har varit med om det förut? Alla som sedan skulle åka till Harsa hade stora chanser att åka några mil och få lite skidvana och bli av med den värsta träningsvärken - före resan!

Så här glad blir hon efter en av de, ur skidledarsynpunkt, bästa snövintrarna på länge. Allt skidsektionen planerat gick att genomföra. Å andra sidan är hon, ULLA DAHLSTRÖM alltid så här glad...

Så bar det av till Harsa! 50 deltagare i buss, från VOK, Svaide, Gute och Stenkyrka. Efter vissa besvär med Jockes tjej Maria, som vi inte hittade på Centralen (hon kom tillrätta!) och 40 mil bakom oss, var vi framme. Men var fanns snön? Vi hade ju mer hemma på Gotland! Det visade sig snart att snön räckte - för på dag 2 kom det massor av nysnö. Det blev många skidmil avverkade och en hel del rovor satta under denna träningsvecka i Hälsingespåren.

Under skidledarna Sven P, Margareta P, Tommie O och Mats D:s ledning tränades allt som tänkas kan. Videofilmade blev vi också av Lasse L. På nyårsafton, under festligheterna, överlämnades VOK:s skidsektions hedersbevis till Rolf M för all den hjälp han under många år givit skidsektionen och till ledningen för Harsagården för den hjälpsamhet de under många år och läger visat oss.

Åter hemma på gotländsk mark och snö - det såg ut som om vintern skulle stanna. Snön bara faller ner och snöscotern den bara går sönder. Men fina skidspår blir det i alla fall. Idogt jobbat av Sten B och Julle D. Utan er skulle vi skidåkare stå oss slätt!

Tävlingsprogrammet rullar igång så sakta med träningstävling. VOK-loppet klarar Eva W och Anne L galant! Margareta P håller i DM 15 km! Bellmancupen med 4 deltävlingar perfekt organiserade av Gunnar A och Göran L. DM 50 km med Sven P vid rodret. Massor av jobb för många VOK-are!

24-timmars går i år vid Gutestugan i samarbete med Gute och huvudansvariga Gunilla Ekeroth. Naturligtvis kom vintern av sig veckan före och loppet startade i strilregn. Ju längre loppet framskred desto bättre väder blev det, så på lördagen sken solen och allt blev fin skidpropaganda till slut. Många glada skidmotionärer gled fram i spåren och många fina priser delades ut. I nästa år blir det 10:e gången för 24-timmarsloppet - det skall vi fira vid VOK-stugan!

Kalle Ankas skidskola i VOK-regi startade i januari, en jättekall lördag. Det gick inte att vara ute och åka skidor , men skidsugna barn kom det i alla fall! Nästa lördag kom det dubbelt så många - oj, hur skall vi klara av det här! Med Mats D som sammanhållande och med bistånd av många skidledare har det gått bra. Barnen har lärt sig grunderna i längdskidåkning och framför allt att ha roligt på skidor.

BARNENS VASALOPP – SKIDFÖRBUNDET OCH SPARBANKEN

Barnen har delats in i grupper med olika färger:

Svart: Ledare Tommie O med hjälp av Andreas K, Dallen och Jonny.
Grön: Ledare Göran L med hjälp av Tobias S.
Orange: Ledare Mankan med hjälp av Mattias "Ruben" Rödén.
Röd-Blå: Ledare Peder W och Gunnar A.
Gul: De allra minsta, tålmodigt ledda av Gun N och Mats D.

Tack alla ungdomar! Utan er hjälp hade vi inte klarat av detta!

Vinterns stora skidresa till Sydsvenska mästerskapen blev tyvärr inte av, då all snö i Skåne försvann. Synd, för där tror jag vi hade haft en chans till att få framskjutna placeringar. Bättre lycka nästa år!

Götalandsmästerskapen, nu flyttade till reservplats utanför Motala. Lite snö och mycket isiga spår i krävande terräng. Det blev dett hårt prov för våra ungdomar . Inga framskjutna placeringar, men vi var ändå nöjda med dera insatser.

Kalle Anka-resan till Rättvik för våra 13-14-åringar, och Distriktsfinaltävlingarna i Östersund för de lite äldre ungdomarna gick av stapeln helgen före vår sportlovsvecka. Att inte bli sist är en målsättning som många klarade av med glans.

Är Skid-OL något för våra tävlande skidåkare och orienterare? Ja, tydligen! Att Jonny B är mycket duktig och konkurrerar med Sverigeeliten i sin klass vet vi sedan i fjol och även i år. Men att Niklas A, John S, Tobias S och Dallen även kunde placera sig jättebra, det var en överraskning. Tydligen passar vår orienteringsteknik bra ihop med skidåkning!! Något för våra ungdomar att satsa på?

Som sagt var: Det är dags att avrunda skidsäsongen. Den är inte slut, men man anar en vår. Vi inom skidsektionen går nu ner lite i varv, ser tillbaka och börjar så smått planera för nästkommande vinter. Vi tackar Sven P för ledarskapet! Du är ju kvar i sektionen, så vårt samarbete fortsätter. Tage W slutar i och med årsmötet. Tack för dina år i skidsektionen, Tage! Ny i år är Anders Ardin. Välkommen med i gänget!

Tack alla ni som på olika sätt hjälpt oss med vår omfattande verksamhet. Utan er hjälp hade det inte varit möjligt!!!

GUN NORDIN - SVEN PERSSON - TOMMIE OLSSON - GUNNAR ALVEUS - GÖRAN LINDSTRÖM - ANDERS ARDIN
OCH SKRIVAREN ULLA DAHLSTRÖM

◊◊

KLUBBMÄSTARE

DAMER

D 21	LISA LARSSON
D 35	ANNE LARSSON
D 13-14	ANNA DAHLSTRÖM »
D 11-12	SARA GARDELL

HERRAR

H 21	JONAS LINDGREN
H 35	TOMMIE OLSSON
H 43	FOLKE LINDGREN
H 50	KAJ WIRÉN
H 56	LARS-ERIC RÖDÉN
H 11-12	JOHAN LINDBERG
H 13-14	NICLAS ALVÉUS
H 15	NICLAS NORDSTRÖM
H 16	MAGNUS GADEFORS

Hela 75 personer ställde upp i året nya! Kul, tyckte arrangörerna i skidsektionen.

SKIDTÄVLING - EXKLUSIV SPORT FÖR ETT FÅTAL?

Skidtävlingar på Gotland lockar vid individuella arrangemang mellan 60-90 deltagare, uppdelade på upp till 20 klasser, d v s i genomsnitt 3-4 deltagare i varje klass. I verkligheten innebär det i bästa fall 8-9 st i någon klass till i sämsta fall ingen anmäld i andra.

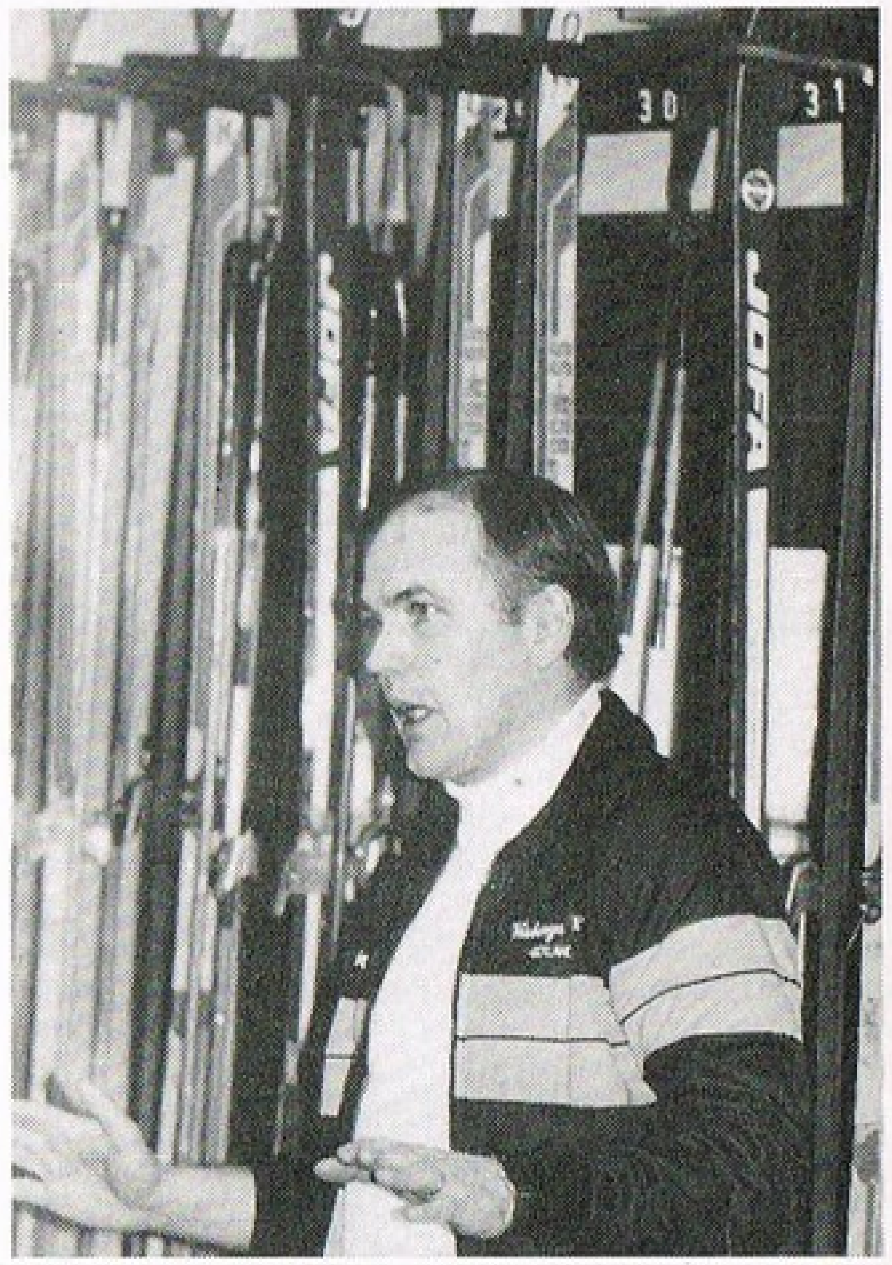
I ungdomsklasser upp till 16 år tävlar man årsklassvis i UDM, medan man i vanliga tävlingar får ha sammanslagna klasser, t ex 11-12. F ö är indelningen 17-18, 19-20 (som ofta slås ihop till 17-20), H/D 21, 35, 43, 50, 56. Enligt det Svenska Skidförbundet skulle tävlingar fr o m i år genomföras med klasser i 5-årsintervaller som i orientering fr o m 35. Gotlands Skidförbund har dock valt att i år behålla de gamla klassindelningarna, annars har det blivit för få deltagare i varje klass.

Under 1987 har VOK "som vanligt" varit bästa skidklubb med 20 DM-tecken, andra klubbar har tagit 14 st tillsammans! Stenkyrka IF har en mycket bra ungdomsverksamhet med stor bredd och några toppar. VIF Gute börjar också komma på ungdomssidan. SOK Svaide dominerar damseniorklassen. Dalhem och Tjelvar har några enstaka äldre åkare. KA3, som förra säsongen hade flera ungdomar med, är i år inte alls med och tävlar.

Varför är det då så få tävlande? Nu kan vi inte skylla på dåliga vintrar - det är många år sedan vi hade en grön vinter. Flera klubbar har skidskolor som lockar många barn att delta, men endast enstaka fortsätter med tävlingar.

Är skidåkning en alltför krävande sport? Arthur Forsberg, fysiolog från Lidingö, inledde ett anförande inför ungdomar från Gotlands Skidförbunds elitgrupp på läger i Idre med följande ord: "GRATTIS , UNGDOMAR! NI HAR VALT VÄRLDENS HÅRDASTE SPORT!"

Kan det vara så, att VOK:s målmedvetna satsning på skidåkning får andra klubbars ledare och aktiva att ge upp redan i förtid? Bra skidåkare blir man inte efter ett eller två års träning,nej,det fordrar flera år av jobbigt slit att nå dit. En del har talanger som gör att de från början vinner sina tävlingar utan större träning, men efter några år blir de slagna av de som fått ligga i och träna hårt för att kunna hänga med - och då ger de upp!



Gotlands Skidförbunds ordförande Sven P ser ut som om han talar sig varm för att flera ska tävla på skidor, men i själva verket håller han här på med att instruera i vallningens svåra teknik.

Men VOK kan inte slå sig för bröstet och säga att vi är bäst! I många klasser har vi inte en enda tävlande, trots många års bra deltagande i skidskolorna.

Är det så, att det är föräldrarna till skidskolebarnen som vi har tagit för dåligt hand om? Det är de som skall entusiasmera sina barn, få upp dem på lör- och söndagar, köpa bra grejor till dem, stå ute och frysa medan barnen åker osv.

Konkurrensen från andra sporter är också stor. Inomhushallar medlagsporter som hockey, handboll, basket m m är varmare och innebär kanske inte så tidiga morgnar och ger ibland kanske mera känsla av gemenskap än en individuell sport som längdskidåkning.

Många frågetecken - och fler finns det!

Bäste VOK-are! Hur skall vi få VOK:s och även Gotlands längdskidåkning att utvecklas? Arbetar vi som är ledare på felaktigt sätt och i "gamla hjulspår"? Hjälp oss med konstruktiva förslag och synpunkter!

SVEN PERSSON
VOK:s skidsektion

OL-SEKTIONEN PLANERAR

Ol-sektionen träffas 14 dagar före varje styrelsesammanträde. De olika grupperna nedan ansvarar för aktivitetslistorna för sina ansvarsområden. De hjälper också klubbens utbildningsansvarige med att ragga deltagare till kurser och håller kontakt med GOF inom resp områden. Ring gärna någon av nedanstående , om du vill veta mera!

SEKTIONSLEDARE:
Lennart Lissheim, tel 62171

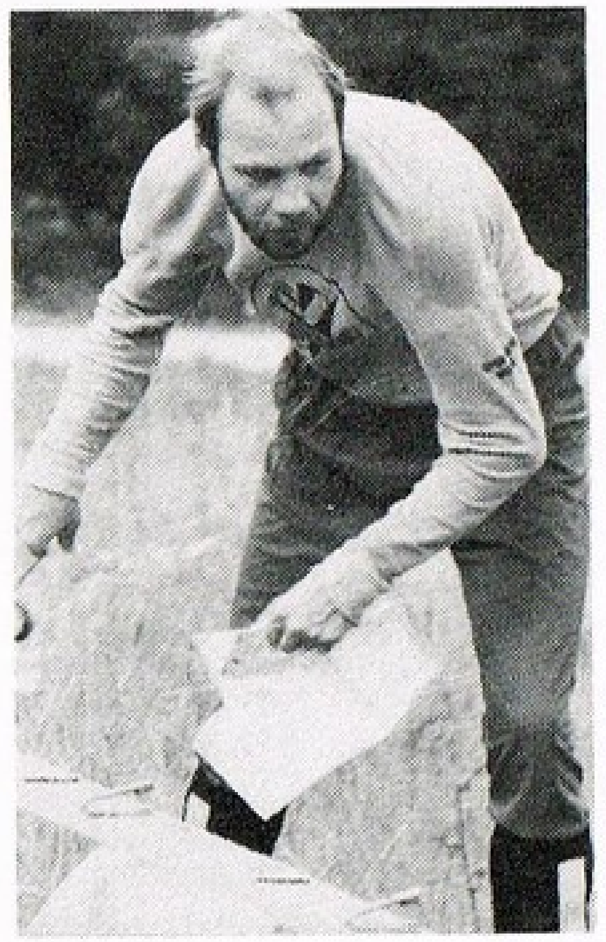
Arbetsuppgifter:Kontakter med styrelsen deltar i klubbens budgetarbete, budgetansvarig, övervakar och fördelar arbetet, upprättar OL-sektionens verksamhetsberättelse, söker ev bidrag från stat och komun i samråd med styrelsen , tar emot och sorterar posten.

REKRYTERINGSGRUPPEN
Ann-Marie Lundquist, tel 73270 (chef)
Carina Nilsson, tel 49248
Jane Gardell, tel 71827

Arbetsuppgifter: Ansvarar för verksamheten för ungdomar upp till 12 år, ungdomskurs, knattekamp, läger (även GOF:s för ungdomar upp till 12 år) lillkorpen och adreslista för ungdomar upp till 12 år (OL-skolans elever).

TRÄNINGSGRUPPEN
Gert Lundquist, tel 73270 (chef)
Rolf Malmros, tel 18635
Hasse Matthing, tel 12044
Håkan Pettersson, tel 16137

Arbetsuppgifter: Allmänna träningar,poäng-OL, klubbträningar, löpträningar , 13-21-gruppen, läger och fastlandsresor för 13 år och uppåt, uttagningskommitté anmälan till budkavlar och lagtävlingar ranking för SOFT:s + klubbranking, adresslista för 13-21-gruppen, månadsbladen, tält och standar, skolkontakter.



Bo Magnusson, ny i OL-sektionen, på väg från sista kontrollen!

TÄVLINGSGRUPPEN
Bengt-Christer Larsson, tel 18719 (chef)
Berith Hallgren , tel 18997
Mankan Magnusson, tel 13409

Arbetsuppgifter: Anmälan till individuella OL-tävlingar, ordnar banläggare och tävlingsledare till våra tävlingar, ansvarar för materialen till tävlingarna, Dag-, Natt- och Lång-KM, kartritning och kartförsäljning, OL-märken, pannlampor, adresslistor över alla som tävlar.

MOTIONSGRUPPEN
Robert Gustavsson, tel 36114 (chef)
Bo Magnusson, tel 49692
Olof Berglund, tel 64584

Arbetsuppgifter: TRIM-aktiviteter, föräldrakurs i samband med OL-skolan.

OL-TRÄNARE

Samma helg som Brödkavlen går, kommer en "fastlandstränare" ner till ön och Visborgs OK! En unik händelse i VOK:s historia? Troligen, och i vilket fall som helst är det sådant här som behövs för att utveckla ungdomar och seniorer.

JAN SUNDBÜE heter killen och han kommer ursprungligen från Strängnäs. Han gick vid OL-gymnasium i Sandviken för att senare bli ledare vid OL-gymmet i Åmål och därefter en likadan syssla i Strängnäs. Janne var alltså under två år min slavdrivare! Nu går han på GIH och har vid sidan om hand om juniorlandslaget tillsammans med Göran Andersson. JONAS M

VOK-SHOPEN

OL-säsongen närmar sig med stormsteg!! När du läser detta är den kanske redan här...

Har du
* SVETTSTÄLL
* BENSKYDD
* OL-DRESS
* KOMPASS

?

VOK-Shopen har allt du behöver !

Sommartröja är under utarbetande. På kvartalsmötet diskuterar/diskuterade vi och väljer kläder.

Om intresse finns kan jag samla in rena och namnmärkta OL-blusar för tryckning av "VISBORGS OK" på vänstra bröst-halvan. Se WCT-tröjornas tryckning! nya

ANNE, TEL 18719

HASSE PÅ 30-MILA-OL

1986 var året då jag tillsammans med Visborgs OK för första gången deltog i samtliga tre s k "10-MILA". Unikt och roligt, eftersom det varit år då klubben inte deltagit i någon av stortävlingarna alls! Vill med nedanstående rader litet sent "komma ihåg" lite av det speciella från de olika tävlingarna.

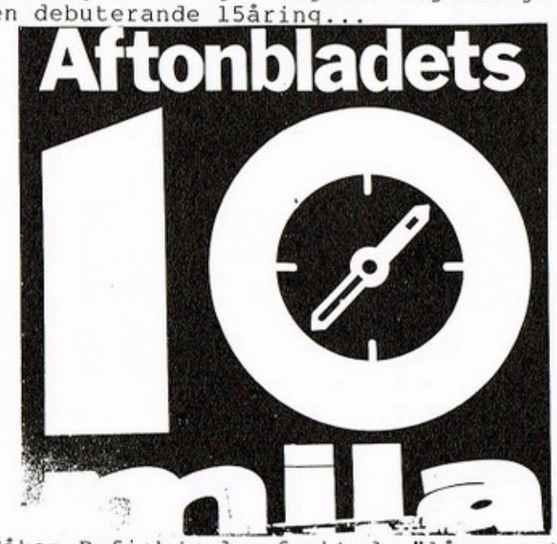
* M A J *

Flyg till Arlanda - och sedan ett par bilar, förde det "stora" 10-milalaget till de mycket kuperade skogarna vid Tullinge Flygfält. Nu skulle det bli spännande att se om VOK:s och ungdomarnas satsning skulle hålla. Egentligen var det litet galet att släppa fram så många nya ungdomar till denna tävling, som numera har sträckor på mellan 10 och 15 km! Vi tror förresten att det inte var många lag som hade så låg medelålder som vårt!

Jonas hade fått startsträckan. Han lade sig i ytterspår, när den vilda rusningen mot startpunkten började. Drevs med i det höga tempot och sådant straffade sig naturligtvis, så de sista kilo-meterarna var slitsamma. Besvärligt för en junior att slåss mot tuffa och startvana seniorer, mot startstressen och mot egna höga ambitioner!

En härligt ljum kväll, mörkret kom och pannlamporna jagade varandra på sluthöjderna in mot målrakan.

Jonny kommer i mål efter 3:e sträckan, och analyserar lugnt sitt nattlopp inför ivrigt lyssnande kompisar. Han hade t o m vågat släppa en klunga i slutet - och tagit ett eget vägval! Våghalsigt av en debuterande 15åring...



Håkan P fick ta den fruktade "långa natten". Och den blev lång! Han kämpade så starkt som möjligt för laget. Bra Håkan!

Tobbe, vår andra 15-åring, knäade i mål efter sin sträcka med orden: "Fy f--n!! Jag blev ju riktigt trött!"

Ola iväg i gryningen, trots förkylning i veckan innan. Sprang sitt tredje 10-mila på säkerhet, utan missar, och spräckte sig därför inte.

Robban och Wickström gick säkert, trots premiärnervositet, och sedan kunde Tommie och Gert, de enda "fullvuxna", "terränglöpa" hem laget i den härliga morgonsolen.

Ungdomarna var nöjda och klarade tävlingen med stärkta självförtroenden. Med 5 debutanter i i laget, växte de synbarligen, och tändningen skulle visa sig räcka hela säsongen ut. Härligt! Tror säkert att de vill försöka springa tillsammans igen.

* J U L I *

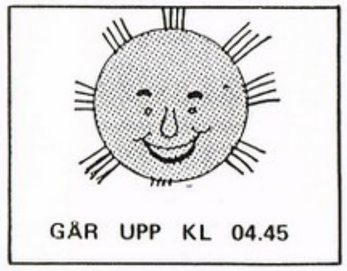
VOK-Cups-gänget, d v s "motionspapporna" omkring de 40, ville också vara med och lukta lite 10-milastämning. Chansen kom på Linköpings "Internationella Kavle 43" eller som det lite mera vanvördigt kallas, "GUBB-10-MILA".

Ett dygn efter 5-dagars var det alltså dags igen. Husvagnar och tält hade flyttats från Borås till storskogarna norr om Ljungsbro. Kvällen kom med en underbar solnedgång över en närbelägen sjö. Taktikprat när alla kommit fram, fika, ändringar av sträckor och så till sängs.

Våra "stjärnor" (utskrivaren BF:s citationstecken!) Rolf och Björn inledde, men den riktige nattraketen blev istället Göran Lindström på sträcka 3. Själv stod jag i tur på fjärde och fick därför stiga upp vid 3-tiden. I halvmörkret med familjen sovande, trevade jag mig ur husvagnen, ut i morgondimman och kylan. I en dalgång bakom några bergsknallar, var uppvärmning och tävling i full gång, en märklig syn!

Mitt starkaste intryck från själva loppet fick jag när jag skulle till en kontroll nära en skogstjärn. När jag uppifrån en höjd närmade mig, fick jag se skogstjärnen, i dimform, sväva en bit ovanför grantopparna. En otrolig syn, som jag kan framkalla för mitt inre när jag vill! Känslan av att springa ut kl 4 på morgonen i en alldles tyst "John Bauerskog" med morgondimmorna svävande över myrarna och möta dagens första solstrålar - ja, det är en lyckokänsla som man skulle vilja dela med många!

De flesta av de våra sprang bättre än beräknat, och trots att vi fick stryk av Svaide-och Brogubbarna tror jag nog att de flesta var nöjda med tävlingen - särskilt eftersom vi hade flera lag efter oss i mål!



43 KAVLEN

* A U G U S T I *

Ungdomens 10-MILA! Återigen i Skövde och denna gång intill Hotell Billingehus. Vi mönstrade nästan samma pojklag som förra året, men denna gång hade ju flera av grabbarna sprungit sitt första "stora" 10-Mila. Inget dåligt genrep!

Förhoppningarna trissades upp under kvällens gång. Jonas ville gärna visa sina fastlandskompisar vad VOK-laget går för. De hemmagjorda hejaramsorna och peppningen hördes inifrån våra tält och det var många lag som med undran och bävan såg mot gotlandstälten.

Erik inledde på natten och som den pålitlige startman han visat sig bli under året kom han in bara minuterna efter ledarlaget. Lennart gick så ut på sin nattsträcka - men det var inte Lennarts natt! En vrickning satte ner fart och humör på den annars så säkre nattlöparen.

Sluttipsen fick i hast ändras! Alla tog i extra och alla plockade placeringar ! Efter Jonas löpning på den längsta sträckan var VOK åter under 100-strecket och jakten på fjolårets plcering, och nu även Svaide/Bro, fortsatte. En som verkligen gjorde bra ifrån sig var Mankan som t o m gick 2 min under idealtiden , så snabbt att Roffa och jag nästan fick kasta in Nicke i startfållan. Han besvärades inte av nerver utan gjorde som yngste deltagare ett bra löp.

Inte förrän på sista sträckan lyckades Jonny gå förbi det andra gotlandslaget. Placeringen blev VOK:s bästa genom tiderna.

Tjejlaget hade i år fått förstärkning. Madelaine Allmungs inledde starkt på sin första sträcka och växlade elva. Hon gav de allra bästa fastlänningarna en riktig match. Katarina, också hon från IF Hansa (än så länge!) lämnade över till Lisa som gick som en klocka, liksom Anna L.

Vi hade sparat Mia till slut och hon gjorde liksom kompisarna ett jätte-bra löp och förde fram VOK-tjejerna till en slutlig 19:e plats! Ett av årets bästa VOK-resultat. Sträck på er, tjejer!

* S U M M A *

- ◊ Stora 10-milas väldighet med perfekt genomförande både av arrangörerna och av våra tuffa juniorgrabbar + underbart väder och smidig resa.
- ◊ Gubbarnas 10-mila med "kvällsgagget" och den underbara morgonen + den sköna känslan av att vara med i ett gäng som gillar samma sak.
- ◊ Ungdomarnas optimism och vilja att ge allt och göra sitt allra bästa och att hjälpa fram varandra.

Ja, detta är för mig de bestående minnena från årets "30-MILA" och "DU, styrelsen och Du, OL-sektionen! - Får jag föreslå en sak?

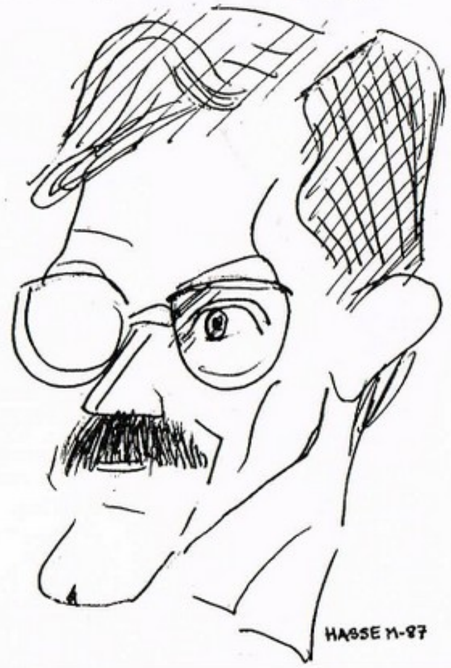
VI GÖR VÄL OM DET 1987?

nya

HASSE MATTHING

NY BAS I OL-SEKTIONEN!

LENNART LISSHEIM



Känner du LENNART LISSHEIM? Jaså inte! Nåja, du behöver inte känna dig ensam... En av VOK:s verkliga doldisar har gått och blivit ordförande i orienteringssektionen! Och ingen betvivlar att han kommer att växa in i rollen och klara den! En liten presentation är väl på sin plats.

Denne kolugne och timide man är yrkes - militär och arbetar f n som kapten och plutonchef på P18. Han är 37 år och åldern inne för att delta i WOK-Cupen eftersom han faktiskt bara orienterat sedan 1980, då han kom till Gotland. D v s han har naturligtvis sprungit de obligatoriska OL-övningar som Kronan stundom utsätter sina anställda för.

På P18 träffade han på Rolf Malmros och eftersom de jobbade på samma kompani är det inte underligt att Rolf snart fått honom OL-biten på riktigt. Han tävlar ganska sparsamt och syns inte så ofta på tävlingar, dels för att han oftast snabbare än alla andra "river" av sina H35B-banor (eller H21B som det väl mest blivit) och dels för att han inte velat vara ifrån familjen för länge på lediga söndagar.

Det senare kommer nog att ändra sig, för familjen håller på att bli biten också! Andreas går i tvåan i Västerhejde skola och gillar att gå på OL-skolan. Johanna som är sex år verkar också mycket intresserad och snart kommer väl 4-årige Fredrik också i stor stil. Mamma Lena har redan varit med i funktionärsstaben vid tävlingar några gånger, så debuten i OL-skogen lär väl inte låta vänta på sig så länge. Förresten skidar hela familjen ofta och gärna, och konstigt vore väl annars - när man kommer från Östersund!

Lennart är född i byn Lit, 2 mil norr om Östersund. Här fanns det en elupplyst slalombacke, så det var naturligt att han höll till där varenda kväll. Han tävlade också lite smått, både i slalom och storslalom - i Camilla Nilssons klubb! Någon större framgång hade han dock inte, därtill var konkurrensen för hård! Han har faktiskt prövat Snäckbacken, men det kändes nog som för en Atlantseglare som förirrat sig till Tingstäde träsk!

- En jämte?
- Med röda pröjsare?
- Hur har han lyckats vara VOK-doldis så länge?
- Troligen en militär yrkeshemlighet? NU HAR HAN TAGIT ÖVER OL-RODRET!

Första året som ledare för OL-sektionen kommer han att ligga lågt. Dels är det mesta av säsongen redan planerad av företrädarna och dels skall Lennart studera på fastlandet hela hösten - till major! Detta faktum vet dock övriga medlemmar i sektionen och man är beredda att klara sig ändå i höst.

Har då Lennart några visioner i sin nya befattning? Jodå! Han ställer helt upp på 5-årsplanens mål och vill gärna satsa extra på ungdomarna i 15-18-årsåldern, så att de blir vad de har förutsättningar för.

Något som Lennart tror benhårt på, som en framtidssport för gotlänningar, är SKIDORIENTERING. Flera av våra ungdomar har redan visat "framfötterna" (eller säger man "skidspetsarna"?) i den sporten. Här har duktiga orienterare, som aldrig, med gotländska dåliga förutsättningar, kan hävda sig nationellt i skidor, en chans! I dessa och andra sammanhang skulle Lennart gärna vilja samarbeta betydligt mer med skidsektionen än som nu är fallet.

SVETTBLADET önskar LENNART LISSHEIM all lycka som ledare för VOK:s OL-sektion!!!

BJÖRN

VINTERTRÄNINGSPARADISET!

Det hela började med att jag satt och käkade korv och potatismos på Smålandskavlen. Då fick jag se en broschyr om träning i Bordeaux.

När jag sedan fick BPA-stipendiet, bestämde jag mig för att åka. Resan började från Visby flygplats och förde mig till Arlanda. Tåg till Helsingborg, där vi klev på minibussen. Första träningen skedde redan i Danmark, söder om Köpenhamn - sen bar det vidare.

Vi anlände till LACANAU OCEAN efter precis ett dygn och 180 mils färd per buss. Vi bekantade oss genast med terrängen, och Atlantens långa sandstrand, som vi bodde bara 300 meter ifrån. På kvällen var vi kallade till en informationsträff där veckoprogrammet drogs. Sängdags kl 2300 - hitintills 5 timmars sömn på 2 dygn!

Söndag var det avfärd till första teknikpasset av tre kl 0930. Eftermiddagspasset bestod av en plojkavle med 2-mannalag, vilken utgjorde av bollkast efter fullgjord OL-bana. Bollen skulle vi kasta i en fyrkant - vilket var omöjligt. Detta resulterade i tre straffrundor i en sandbacke som var jättestor i jämförelse med Fårö backarna.

Middag: Soppa, förrätt, huvudrätt, ostbricka, efterrätt, frukt, vitt bröd och vatten alternativt vin! Somliga magar hade problem med de annorlunda matvanorna.

På kvällen hade vi första föreläsningen om idrottsskador (lägret kallades allmänt för "skadelägret"). Föreläsaren var skicklig och mycket intressant att höra på.

Andra teknikpasset: Kurv-OL. Vi tilldelades en karta med 3 banor. På kartbladet fanns endast höjdkurvorna inritade. Även meridianerna saknades! Men - vad gjorde det? Vi fick nämligen inte heller använda någon kompass...Det blev mycket bra träning, speciellt i den här lättöverskådliga terrängen.

På eftermiddagen hade vi jazzgympa. Där ingick många hopp och sit-ups. Stenhårt tempo i en timme!

Vaknade med träningsvärk. Tydligen hade disco-gympan förstört en massa muskelceller. Avresa med buss till lång-OL, som sprangs över 4 kartor med en banlängd på 16,1 km. BLIR MAN STARKARE AV TRÄNING?? DET KÄNDES SOM TVÄRT OM! Efter lunch när vi skulle in till Bordeaux, saknades en kille efter lång-OL-passet. När skallgångskedjan skulle starta kom han gående längs vägen. Han hade lagt sig ner i skogen och somnat av trötthet!

När vi strosat runt i Bordeaux några få timmar återvände vi till vår kalla förläggning (kallaste vintern i Frankrike på 50 år!).

Onsdag med lätt jogging innan lunchen. Gympan på eftermiddagen - och sedan MAGONT! Därför försiktig träning...

Torsdag hade vi lägermästerskap, men jag var inte återställd och tvingades bryta. På eftermiddagen hyrde vi cyklar och tog en runda på tre mil längs cykelleder i skogarna. Alla glasskiosker i vår färdväg besöktes (Minst tio - och magen blev bara bättre!).

På kvällen var det avslutningsfest med spex, prisutdelning och disco. Sängdags blev det inte förrän långt in på natten.

Tidigt uppstigning pga städning och packning. Sedan blev det avfärd till Fontaineblue, strax utanför Paris. Direkt efter incheckning på hotellet tog vi tåget in till Paris centrala delar och en språngmarsch till närmaste McDonald's, för att äntligen få "klok" mat.

Sedan drev vi omkring och tittade på alla sevärdheter och sist men inte minst: en tur upp i Eiffeltornet. Underbar utsikt! Givetvis missade vi tåget hem och fick vänta två timmar extra!

Träning i Fontainebleauskogen med kuperad och detaljrik, naturskön och en mycket annorlunda terräng. Avsked av alla nya vänner och sedan vidareresa till Sverige och Gotland, där vi möttes av snöstorm efter en vecka i solen (10-15°). Om ni undrar över något eller vill hålla kartorna, så hör av er till: nya

JONNY

VOK-ZATZZNING? DEBATT!

Det talas nu allt oftare om någon form av "satsning" i klubben VOK. Den gäller väl alla, men kanske mest "äldre ungdomar", juniorer och "småseniorer". Som biten orienterare har jag själv en hel del tankar och erfarenheter, vilka jag nedan tänkte presentera. Men OBS! Att på några rader i en tidning få ned alla synpunkter något sånär uttömmande är omöjligt!

Vad jag menar är, att dessa ord från mig är som en droppe i oceanen, och jag har huvudet fullt med idéer, som ni säkert kommer att stifta bekantskap med framöver.

Till att börja med vill jag kommentera Gerts insändare i SVETTBLADET sommar-86 där han skriver att teknikträningen är viktig, och att det vidare bör vara ett gäng som tillsammans driver upp ett högre tempo på löpträningar. Jag är beredd att hålla med! Men vi är nu framme i månadsskiftet feb/mars och ingen organiserad löpträning är egentligen igång. OCH INTE HELLER ÄR NÅGON TEKNIKTRÄNING INPLANERAD UNDER VÅREN FÖR KLUBBENS FRAMTIDA ELIT!!!

Ovett, Coe, Mamede, Zalazar och Rono, ja alla dessa världsnamn springer (nog) ifrån mig lätt, men i skogen med karta i handen lovar undertecknad att de knappt får se ryggen av mig! Detta faktum tycker jag ställer klubben inför ett simpelt val, eller...?

Annars är det mesta i Gerts artikel bra men jag har ändå en något annan uppfattning om hur klubbträningen kanske borde se ut. Det jag tror lockar i den känsliga åldern 14-19 år är inte HÅRDTRÄNING! Man skall istället satsa på roliga, omväxlande, kvalitativa och gemenskapsbetonade träningar/träffar (ofta till skillnad/tvärtemot vad skidsektionens träningar just nu går ut på!). Upp till 15-16, ja kanske ända upp upp i 17-18-årsåldern är inte mängdträning något som tvunget behövs inom OL-sporten.

Man ska dock ha helt klart för sig att en del tränar mer eller mindre mycket i de här åldrarna utan att ta skada. Fast det viktiga är ändå utan tvekan tekniken och inte minst att få ungdomarna att STANNA KVAR INOM KLUBBEN! För att sedan i 16-19-årsåldern inleda en satsning mot mer elit, vilket givetvis kräver lång o. hård träning. Men den här satsningen ska delvis komma från individen själv och då ska klu bbtränare el dyl finnas där till hjälp och uppmuntran.

Det här låter kanske motsägelsefullt då jag själv flyttade hemifrån vid 16 års ålder för att satsa hårt på orientering. Men alla är inte lika mogna eller utvecklade och just för mig passade det bra. OL-gymnasiet har gett mig många intryck, lärdomar och idéer. Här bedrivs en mer teknikinriktad träning - och det är här man kan vinna minuter (sekunder)!

Vi kör även ibland annorlunda "lustbetonade" träningar för att göra det hela mera ROLIGT. T ex sprinter-OL (cuper), olika stads-OL, stafettträning, vinter-triathlon, ligamästerskap, friidrotts-mästerskap, cykel-OL och "Julrace". "Social evenings" är ett viktigt inslag där lekar, kontaktövningar tillsammans med fika och snack stärker gemenskapen. Fråga 13-20-gänget om förra årets helg. Jag drog igång några lekar och efter någon stund var stämningen på topp!?!?

När jag ibland kommer hem och drar ut "smågrabbarna" på träning, kör vi ofta något nytt, skämtsamt pass, vilket nog är på sin rätta plats. Eller vad säger Pedda, Dallen, Spången, Erik o. Jonny??

Sammanfattningsvis vill jag inrikta ungdomsträningen i klubben på teknik och andra roliga övningar vid träningar och träffar. Att man sedan parallellt med detta, för de äldre och seniorer, måste köra en hård och effektiv löp-och styrketräning, är ju givet, men det tar jag upp i nästa (?) artikel.

Hoppas nu att någon hajar till och fattar pennan, och skriver till SVETTBLADET. Det behövs en ständig debatt för utveckling och tankeutbyte. Kom igen och tyck till, ledare, föräldrar och inte minst ni ungdomar i min egen ålder!

Hälsningar från en hårt (!) tränande

JONAS MATTHING

PS Jag nämner hela tiden olika åldrar, 14-19/13-18/16-19 o s v, förvirrande??? Ja, kanske, men det är också lite meningen. För i de här åldrarna finns inte exakta gränser - man är helt enkelt inte lika mogna, och har kommit olika långt i sin utveckling. DS

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

VOK:S MÅNADSLOTTERI

Alla lotter i månadslotteriet är sålda! Årets första 100-lappar har gått till :

Januari	Nr 57	Göte Dahlberg
Februari	Nr 33	Peder Welin
	Nr 86	Nils Hallgren
Mars	Nr 12	Hasse Matthing
	Nr 65	Solveig Björklund

BERITH HALLGREN

MANKAN FILOSOFERAR

SIKTAR GERT FÖR HÖGT?

I förra numret av SVETTBLADET kunde man läsa om klubbens mål för verksamheten de närmaste åren. Det är väl i huvudsak Gert som har "signerat" orienteringssektionens "övergripande mål"?

Att VOK t ex senast 1993 skall vara bland de 100 främsta på 10-mila både i dam- och herrklassen är väl att ta i - närmast ett önsketänkande? Visst har VOK flera, både herrar och damer, "på gång" men det räcker inte med att Gert sätter upp höga mål och åtar sig att ta hand om vår elit. Nej, det behövs större ambition hos alla aktuella att träna mera regelbundet! Dessutom måste var och en som vill "Bli något" lära sig att träna ensamma. Hur många gör det?

Nej, det behövs mer självdisciplin hos flera av de aktuella 10-milaaspiranterna, d v s att inte fuska med träningen! Ofta hör man: "Vi har så jobbigt i skolan och mycket läxor om kvällarna". Ja, skolan måste gå i första hand, men hur utnyttjas övrig tid? Som jag ser det är det en fråga om planering av tiden - för både skola, sömn och vila, träning, nöjen, hobby m m. Allt detta är något som var och en bör lära sig.

Gert har formulerat målen. Gert ställer upp för att hjälpa er att nå dem. Nu är frågan: Ställer du upp också? Du kanske känner dig träffad av ovanstående! Tag det då som en utmaning! Ingen skulle bli gladare än jag, om jag fick fel 1993!!! Och du! - Tyck gärna till i SVETTBLADET.

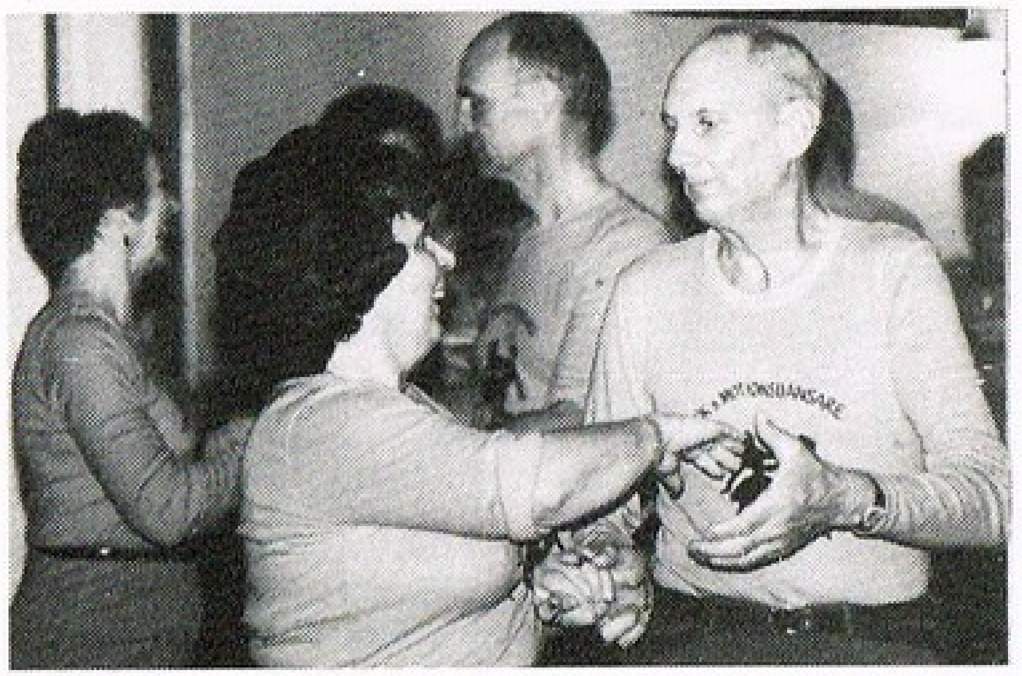
Ja du, Gert. Som avslutning hoppas jag att du lyckas, även om jag är lite tvivlande.

MANKAN

◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇◇

10 ÅRS MOTIONSDANS

Motion för en VOK-are kan vara av många slag. De flesta tänker då förmodligen på löpning, joggning, skidåkning o s v. Men i år 10-årsjubilerande VOK:S MOTIONSDANSARE har annat i tankarna - söndagskvällen och ett härligt motionspass på Solbergaskolans matsalsgolv!



På våren 1977 började HJÖRDIS HALLGREN dansa med en grupp ungdomar innan gympan på Humlegårdsskolan. Det var tydligen så roligt att ett gäng "äldre" också ville dansa och på hösten var man igång med GAMMELDANSEN. Hjördis har varit ledare hela tiden och tycks inte ha tröttnat ännu - tro henne inte när hon svävar på målet vid förfrågningar om nästa termin! Hon tycker om det här! Och vilket bra sätt att skaffa sig motion!

Under årens lopp har åtskilliga dansare passerat - Hjördis räknar med ca 100 st och många av de som började det hela är fortfarande med varje gång. En hel del av dem är med i VOK bara för dansens skull!

Man har även haft en del andra aktiviteter för sig. På våren och hösten brukar dansarna ha utflykter, ibland per cykel och med kaffekorgen på styrstången. Sedan 1979 har man deltagit i Follingbochottisen på Adelsgatan. Tänk vilken fin reklam för VOK, när man dansar fram! Och vad vore skidornas VOK-Spelen utan VOK:S MOTIONSDANSARE? Det är deras arrangemang helt och hållet.

Under vårens termin är det 20 som är med i dansen. Kom med, du också, när man startar igen i september! Här är det inte proffs som dansar, nej, bara glada amatörer som dansar för att det är roligt och för att man får bra motion. Du är så välkommen!

Den 1 maj firar VOK:S MOTIONSDANSARE jubileet med en fest. Till den är alla som varit med någon period under de 10 åren välkomna tillsammans med sina respektive. Inbjudan kommer! (BJÖRN)

◇◇

nya

EN AV VOK-FAMILJERNA LARSSON

Familjen Larsson är väl ingen "riktig" VOK-familj, eftersom vi inte är aktiva särskilt mycket eller ens allihop?

Citaten inom ram kommer från ett litet brev jag fått av ANN-MARIE LARSSON. Brevet in nehåller Ann-Maries tankar kring sin familj och jag tycker att närmare en familj kan man inte komma än att vara mitt i den. Därför kommer jag att ta med lite av brevet här och där, med ram omkring!

Mamma Ann-Marie är mitt i sin familj på många sätt. Pappa Henry också. Båda har egna starka intressen, helt olika fritidsaktiviteter. Samtidigt lever de under samma tak och är måna om varandra och om döttrarna Lisa och Elin. För att få allt att gå ihop kräva respekt för den andres behov, och fantasi och vilja till för stunden bra lösningar.

Egentligen är det en ganska vanlig situation i en aktiv familj, och därför vill jag inte hålla med Ann-Marie om att de inte är en riktig VOK-familj. Så här skriver Ann-Marie om hur deras familj gör:

Henrys stora intresse är musik. Han spelar och han spelar in musik. Som musiker jobbar han på obekväm arbetstid, kvällar och nätter. Så när vi andra åker till orienterings-eller skidtäv - lingar har Henry sin djupaste sömnperiod. När vi sedan kommer hem på eftermiddagen ses vi allihop vid matbordet.

Att vara musiker, som HENRY, kräver, förutom spelkvällar i gruppen "Roger Band" massor av övning. Synth, bas och gitarr är Henrys främsta instrument. Det är Henrys glädje och avkoppling från arbetet på Radio Gotland, där han är chefstekniker. Sin dagliga motion får han genom att cykla till jobbet i ur och skur och åka skidor, när snön är farbar - som i år.

I kväll dans till
ROGER BAND
Bordsbest. 60 000 Fri entré

Att rätt vallning kan öka nöjet till det dubbla, har han inteförstått förrän på senare år. Lisa är nu familjens vallningsexpert sedan hon lärt sig i VOK. Det är bra att ha någon nära att fråga,

tycker Henry, för kring vallningen är det lite hemlighetsmakeri. Det borde det inte vara när man vet hur mycket det betyder idag. In med mer vallningstips på skidskolorna, tycker Henry!

LISA, hon är duktig. Tränar regelbundet med klubben. Så går hon och läser, hon ska konfirmera sig. Så spelar hon tvärflöjt både i kvartett och ensam, så hon har ingen egen tid.

Visst är LISA duktig. Det har hon visat både som orienterare och skidåkare. När hon tänker efter har hon haft många genombrott! Just hemkommen från skidtävling i Östersund skämtar hon om sin insats: "Jag kom inte sist i alla fall - jag slog två skåningar! Halland och Skåne och Gotland kämpar i distriktsstafetten. Blekinge vågar inte ställa upp för att vi slagit dem en gång!"

Det är annars lite tunt med tjejer i Lisas ålder både i orientering och skidor. Det vore roligare att kunna ha lag i tex stafetter lite oftare. I vanliga fall är Lisa inte någon tävlingsmänniska. Hon kan gärna stanna ett tag och ta ett smultron om det bjuds, men i stafett är det annorlunda. Att springa 10-mila med Hansatjejerna 1986 var en positiv kick!

Hon efterlyser fler tjejer och lika stor satsning på dem som på killarna. Lisa tror, av egen erfarenhet, på att använda ungdomarna som ledare. Hon minns hur hon såg upp till Lottie Spång och gärna ville bli lika bra som hon! "Tänk när jag blir så bra!" Lisa kom med i VOK redan som sexåring och hon har haft en

hel del strul, men också mycket kul i skogen, och aldrig har hon varit rädd. När hon pratar nattorientering strålar hon - och skid-OL vill hon ha mer av!

Pappa Henry är glad att Lisa fortsätter med att spela tvärflöjt, trots att hon har fullt upp. Hon har spelat så länge, att hon tragglat sig över den nivå, där man som musiker står och stampar ett tag. Hon spelar i en kvartett, som på senare tid gjort sin debut för större publik. Kanske kan vi locka dem till någon VOK-fest i framtiden.

ELIN, yngst i familjen, spelar just nu pingis 2-3 gånger i veckan och rider varje lördag i Stall Dalhem.

ELIN har protesterat mot att gå upp så tidigt på morgnarna för att springa orientering. Hon tycker att hon har andra och roligare fritidssysselsättningar som t ex hästar. De är för Elin härliga levande varelser, som är spännande att mäta sin vilja emot. "Man får kämpa litet", säger hon. Just nu ser hon fram emot en hopptävling i slutet av mars och tingar på familjen den dagen. Det måste ju finnas någon som skjutsar.

Elin har många fritidsintressen. Hon provar sig fram på mycket, precis som familjen egentligen tycker att alla barn borde göra. Pröva för att kunna välja. Elin spelar fiol, fast inte helhjärtet, och följer med lite på VOK-kursen: "SPIK PÅ".

För att bli bättre med kartan, samtidigt som vi har en aktivitet tillsammans.

Jag, Ann-Marie, motionerar oregelbundet. Jag har också oregelbundna arbetstider, som gör det svårt att motionera med de andra VOK-arna på torsdagskvällarna - men viljan finns, och några gånger i veckan blir det motion av något slag. just nu åks det skidor mycket!

Med arbete halvtid på Länsarbetsnämnden och halvtid inom Hushållningssällskapet är det inte förvånande att hon inte hinner motionera regelbundet. Mer förvånande är det att hon hinner gå på kurs och hålla i festerna för VOK.

Ann-Marie började, som många VOK-mammor springa direktanmälan på tävlingarna, när hon nu i alla fall skjutsade barnen. Tills den dag hon upptäckte hur dyrt det blev! Av svågern Gert fick hon det kloka rådet att anmäla sig till tävlingar. Ta Tre-Dagars, sa han - där märks det inte att du kommer sist! Ingen märkte henner heller, för när hon kom i mål, hade alla gått hem!

Alla, utom Elin och Lisa, som oroliga satt och väntade på sin mamma. Men bättre skulle det gå - så bra att det t o m skrevs om det i SVETTBLADET! Budkavle-DM 1984 glömmer vi aldrig - Ann-Marie, Eva W och jag! Och om du inte hört historien, så kan du läsa den i SVETTBLADET JUL-84.

Av Ann-Marie får jag höra att idrotts - män har sämre tänder än genomsnittet - de söta dryckerna är orsaken. Dom vill hon plocka bort från försäljningen. Däremot är hon glad över alla positiva VOK-are och tycker att det är fantastiskt roligt att orientera.

Av musik blir man också svettig, säger alla - men aldrig besviken över att man kommit sist!

GUNNEL F

◇◇

KLUBBRANKING

1987 kommer att vara försöksår för ett system med KLUBBRANKING. Syftet med den är att underlätta för UK vid uttagningar till budkavlar m m. Det kan också vara av intresse för enskilda VOK-are att se hur "rankingen" ändras i förhållande till kompisarna.

Gert håller nu på med ett datatest med hjälp av 1986 års resultat. En dam- och en herrlista kommer att tas fram och den bygger på orienterarens kilometertid i förhållande till segrarnas i de 5 bästa tävlingarna.

nya

KLUBBFUNKTIONÄRER

Eftersom det blev en hel del byten på funktionärssidan på årsmötet, presenterar vi nedan en lista över alla de ansvariga inom klubben. Medlemsantalet uppgick vid årsskiftet 1986/87 till 652, varav 252 var under 26 år. Antalet hedersmedlemmar uppgår till 7. Med så många medlemmar och så många olika aktiviteter behövs det en mängd funktionärer. Här är de alla (reservation för eventuella fel i telefonlistan - folk kan ha flyttat sedan telefonkatalogen trycktes! B.F.):

VOK-STYRELSEN

Ordförande:	UNO JOHNSSON	tel 12041
Vice ordf.:	TORBJÖRN SPÅNG	tel 18537
Kassör:	ING-MARIE BERGMAN	tel 18635
Sekreterare:	STURE KARLSSON	tel 11441
Suppleant:	ALICE KARLSSON	tel 16211
Suppleant:	EVA WELIN	tel 71685

OL-SEKTION:

Sektionsledare:	LENNART LISSHEIM	62171
Övriga ledamöter:	GERT LUNDQUIST	73270
	A-M LUNDQUIST	73270
	CARINA NILSSON	49248
	BERITH HALLGREN	18997
	HÅKAN PETTERSSON	16137
	BO MAGNUSSON	49692
	JANE GARDELL	71827
	HASSE MATTHING	12044
	B-C LARSSON	18719
	FOLKE MAGNUSSON	13409
	ROLF MALMROS	18635
	ROBERT GUSTAVSSON	36114

SKIDSEKTION:

Sektionsledare:	ULLA DAHLSTRÖM	11853
Övriga ledamöter:	TOMMIE OLSSON	77501
	GÖRAN LINDSTRÖM	17519
	SVEN PERSSON	19634
	GUN NORDIN	16260
	GUNNAR ALVEUS	19537
	ANDERS ARDIN	16333

STUGSEKTION:

Sektionsledare:	STEN BJÖRKLUND	61065
Övriga ledamöter:	TORBJÖRN SPÅNG	18537
	ANNE LARSSON	18719
	BENGT LARSSON	64663
	GÖRAN KARLSSON	16211
	P-U DAHLSTRÖM	17814

UNGDOMSKOMMITTÉ:

Sammanakallande:	ANNA LINDSTRÖM	17519
Övriga ledamöter:	MAGNUS DAHLSTRÖM	11853
	ANDREAS KARLSSON	11441
	LISA LARSSON	15732

MOTIONSKOMMITTÉ:

Sammankallande:	HJÖRDIS HALLGREN	11247
Övriga ledamöter:	OLOF BERGLUND	64584

FESTKOMMITTÉ:

Sammankallande:	A-M LARSSON	15732
Övriga ledamöter:	A-C LINDSTRÖM	17519
	G-M HOLMÉR	77945
	GÖSTA HOLMÉR	77945
	ANNE LARSSON	77390

UTBILDNINGSANSVARIG:

STURE KARLSSON	tel 11441

REVISORER:

OLLE GARDELL	tel 71827
GEORG NILSSON	tel 64202
MARGARETA THELANDER (suppl)	tel 18435

VALBEREDNING:

MARGARETA PERSSON	tel 19634
NILS HALLGREN (sammank)	tel 18997
GÖRAN FREDRIKSSON	tel 17490

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

HOBBYKLUBBEN

Under vinterhalvåret har ett 15-tal av VOK:s flitiga kvinnogäng startat en hobbygrupp, som huvudsakligen blivit till för att knåpa ihop priser till, i första hand, 3-dagars 1988.

Initiativtagarna har räknat med att göra en rejäl vinst på VOK:s tävlingar genom att tillverka en stor del av priserna själva. Gruppen träffas ett par gånger i månaden hemma hos varandra och stickar vantar och strumpor i gotländsk stil, väver trasmattor, broderar, virkar, syr saker av lappar, gör maskotar mm

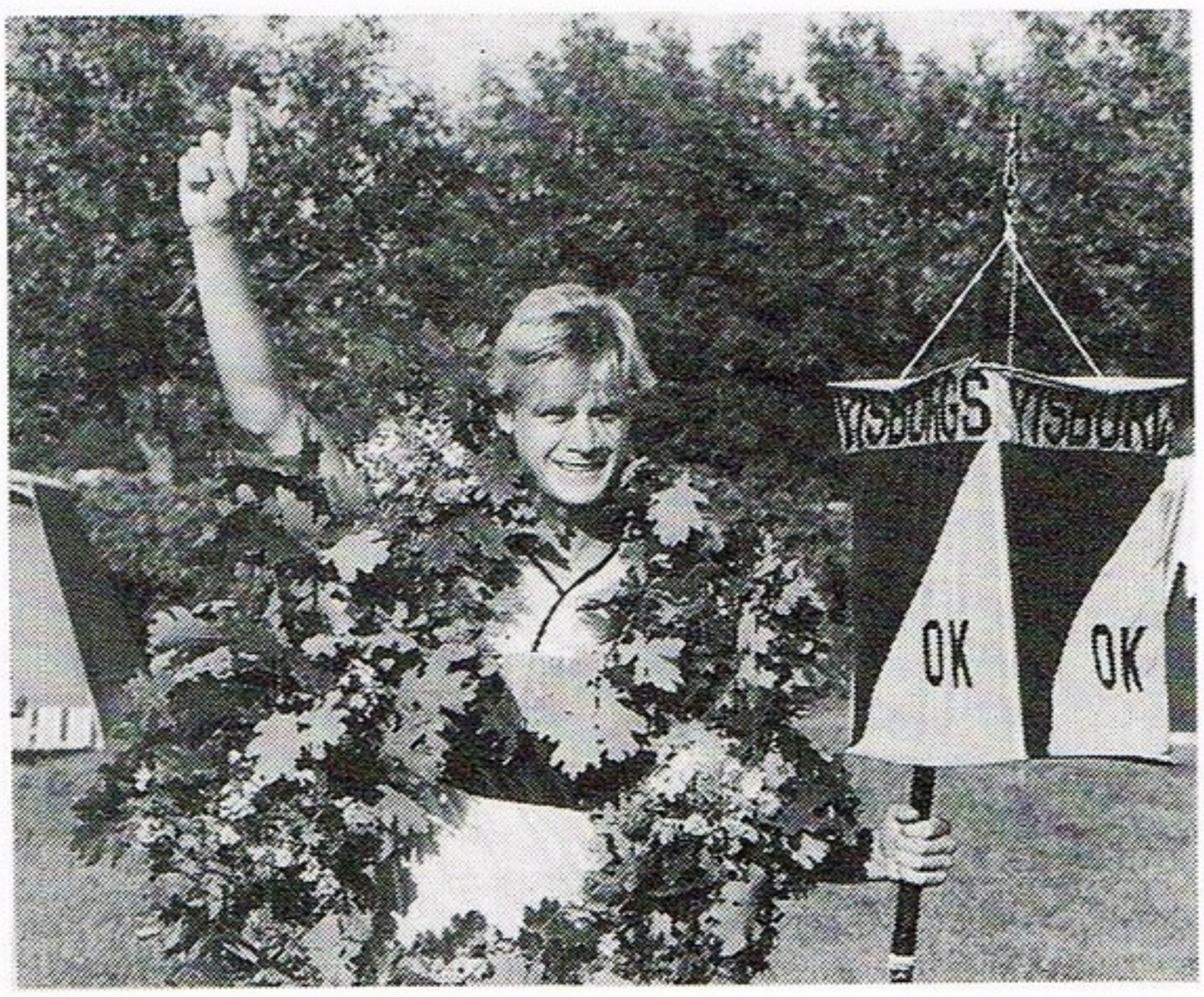
Har ni medlemmar några tips, eller har ni svårt att komma på träffarna, men vill sitta hemma och jobba med något, kan ni ta kontakt med Anne-Marie Lundquist, tel 73270. Det behövs också material till trasmattor, så upp och leta på vinden ! Kanske hittar ni något att klippa mattrasor av! Välkomna i hobbyklubben!

nya

SVETT-

BLADET

UTGIVET AV VISBORGS OK SOMMAREN 1987



Tänk att han gjorde det - SVETTBLADETS omslagspojke nummer ett! Vann en av O-RINGENS A-klasser, H16A, i hårdast möjliga konkurrens. Och nu börjar JONNY BERGMAN på OL-gymnasium i Strängnäs. Läs om våra OL-gymnasister på sid 10-11 och om VOK-arnas öden och äventyr i O-Ringen på sid 8-9

nya

SVETTBLADET

◊◊

MER ELLER MINDRE OFFICIELLT ORGAN FÖR VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB OCH DESS MEDLEMMAR.

◊◊

Utkommer tre gånger om året, nr 1 i mars, nr 2 i juli och nr 3 i december.

◊◊

Upplaga: cirka 300 exemplar = 1 ex / familj.

◊◊

HUVUDREDAKTÖRER: Björn och Gunnel Fransson med adress: Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel. 0498/64568. Ring gärna!

REDAKTÖRER: Kommittéledare och alla andra som blir ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ vill skriva något! Välkomna!

◊◊

INNEHÅLL

Sid 2: VOK-Shopen.Motions-VOK
Sid 3: OL-Kurser.Skidträning.Lång-KM
Sid 4: Poäng-OL-resultat
Sid 5: Lennart Lissheim funderar
Sid 6: Pytt-i-Tofta
Sid 7: GOF-Läger och OL-Touren
Sid 8-9: Reportage från O-Ringen
Sid 10: Våra OL-gymnasister
Sid 12: Fårö - Fårever! Intervjun
Sid 13: Gubbträff med mersmak
Sid 14: VOK-Familjen Lindström
Sid 16: Potatisannons

◊◊

H-REDAKTÖRERNAS ORD

VOK-Vänner!

Det snurrar av orientering i huvudet... 2-Dagars, Svettbladet, Sommarbudkavlen, 3-Dagars, Svettbladet, träningar, Svettbladet, O-Ringen, Svettbladet, träningar o s v i en aldrig sinande ström.

Var är Unos Hörna? Den har inte kommit! Snabbt på telefonen! Uno är på semester 2 veckor framåt. Spalten då? Har Posten (Posten, Uno???) slarvat bort den eller har Uno, ve och fasa, glömt oss?

Tryckeriet förvarnas. "Vi tänkte ta semester ett par veckor!" Ja, det är dem väl unt! "Men vi får se vilket väder det blir!" Det är inte lätt att välja förhoppningar: Förhoppningar om fint väder för Åhlbergs semester eller förhoppningar om regn för Svettbladet...

Eftersom vi inte vet om detta blad hinner ut i tid är det ingen idé att förhands-"puffa" för Fåröklubbdagarna, men vi hoppas få träffa många VOK-are där.

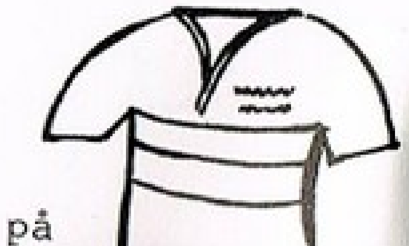
En lyckosam OL-säsong tillönskas er alla av

FAMILJEN FRANSSON

VOK-SHOPEN

ORIENTERINGSDRESS	Blus	125:-
	Byxa	90:-
BENSKYDD		55:-
KARTPÄRM		35:-
ENKLA OL-SKOR, Stl 40-41		35:-
SVARTA VJ-SKOR, Stl 5 1/2		265:-

SOMMARTRÖJAN, som våra ungdomar hade på sommartävlingarna, blev en succé. Det är många köpt den redan! Vill du ha en egen, så hör av dig!



Vit med nätrygg
Orange-svart band över bröstet
Svartkantad halskant
"Visborgs OK, Gotland" på vänster brösthalva

31 augusti är sista dag för nybeställning av WCT-overaller och oranga VOK-väskan!

RING ANNE L
TEL 18719

◊◊

MOTIONS-VOK

"Gotland Tvärs"-arrangemanget GÅ-LUNKA-LÖP anordnas i år av VOK, med KORPEN som medhjälpare.

SÖNDAGEN DEN 20 SEPTEMBER kl 10.00 går startskottet vid VOK-stugan.

I första hand är detta ett motionsarrangemang, men det finns även en tävlingsklass. Deltagarna springer på SOK Svaides och VOK:s motionsslingor och man kan välja mellan 24 km eller 8 km.

Motionskommittén är i full färd med att förbereda det hela och vi kommer att behöva hjälp med vissa uppgifter.

I början av augusti skickas inbjudan ut till idrottsklubbarna och vi hoppas på ett stort deltagarantal.

OLOF BERGLUND

VÄDERBESTÄNDIGA...

POPULÄRA...

FÖR ALLA ÅLDRAR...

ÄNTLIGEN DAGS FÖR...

OL-KURSERNA

LÖRDAGEN DEN 29 AUGUSTI kl 09.30

Vårens alla nybörjare är särskilt välkomna tillbaka till en ny omgång.

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

SKIDTRÄNING

Trots att vi fortfarande är mitt uppe i orienteringssäsongen tar vi oss friheten att informera om den kommande skidträningen. I stort sett kommer det att se ut som förra året.

*** Måndagar 1800-2000 Löpträning/distans på P18 alternativt Gråbo. Vi startat den 28/9.

*** Onsdagar 1800-2000 Rullskidåkning vid Gråboskolan. Start 30/9.

*** Torsdagar 1700-1800 Löpträning/Intervall vid Solbergaskolan. Start 17/9

*** Torsdagar 1800-1900 Styrkegymnastik på Solbergaskolan. Start 17/9.

*** Tisdagarana 25/8, 1/9, 8/9, 15/9 och 22/9 anordnar vi rullskidträning för de som vill komma igång tidigare. Vi träffas då på Farmeks parkering kl 1800.

23-25 oktober och 13-15 november blir det sedvanliga träningsläger på Fårö. Se upp, alla myrlejon, på Ulla Hau!

Snövaneläger i Idre och breddläger i Harsa blir det också vad det lider. Något att se fram emot för de som lider av sommarvärmen.

GUNNAR ALVAEUS

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

GÖTALANDS'-87

Från GOF:s ungdomskommitté meddelas att följande ungdomar uttagits att representera Gotland vid GÖTALANDSMÄSTERSKAPEN i norra Bohuslän i augusti:

H13-14 Niklas Alvaeus
H15-16 Jonny Bergman
Magnus Dahlström (reserv:Peder W)
D13-14 Maria Persson
D15-16 Maria Larsson
Lisa Larsson

Jonny Bergman och Maria Larsson är faktiskt titelförsvarare! VI ÖNSKAR DOM LYCKA TILL - ALLIHOP! (Hasse Matthing)

KLUBBMÄSTARE LÅNG-KM

Den 28 juni var det LÅNG-KM på Ihrebladet. 36 trogna VOK-are ställde upp och sprang långa, men ganska lättsprungna banor. Banläggare var Ronny Liljegren i Bro OK och han hade lyckats placera en kontroll på långa banan en aning fel, så att huvuddelen av långlöparfolket bröt. Så här blev resultaten:

HERRAR

H 17-39, 17800 meter

1. Erik Fransson, 128 min
Övriga bröt efter första varvet.

H 14-16, 9900 meter

1. Jonny Bergman, 64 min
2. Magn us Dahlström, 79 min
3. Andreas Karlsson, 91 min

H 40-55, 11400 meter

1. Olle Gardell, 76 min
2. Björn Fransson, 85 min
3. Göthe Dahlberg, 89 min
4. Rolf Malmros, 90 min
5. P-U Dahlström, 95 min
6. Göran Lindström, 106 min
7. Kaj Wirén, 107 min
8. Folke Lindgren, 118 min
9. Sven Persson, 119 min
10. Sture Karlsson, 121 min
11. Hasse Matthing, 131 min
Mats Dahlström, utgått

H 55-, 6200 meter

1. Sture Larsson, 52 min
2. Folke Magnusson, 64 min
3. Bengt Söderlund, 65 min
4. Bertil Hörnell, 175 min

DAMER

D 40-55, 8100 meter

1. Ing-Marie Bergman, 102 min
2. Margareta Persson, 113 min
3. Ann-Marie Lundqvist, 124 min

Ej lång-KM, men tappra ändå...

D 18-39, 9900 meter

Inger Karlsson, 134 min

D 55- , 6200 meter

Ewy Hörnell, 72 min

D 14, 5200 meter

Irene Lundqvist, 77 min

HD, 4000 meter

Jessica Dahlström, 40 min
Lena Nilsson, 43 min

HD, 2900 meter

Tina Lundqvist, 34 min
Anders Lindström, 36 min
Andreas Lundqvist, 55 min

POÄNG-OL

SVETTBLADET kan här, som enda tidning i världen, presentera resultaten av årets poäng-orienteringar. Var så goda:

*** SLUTRESULTAT POÄNG-OL 1987 ***

Bana 1:

1. Erik Fransson 494 p
2. Gert Lundqvist 488
3. Göran Larsson 461
4. Magnus Dahlström 438
5. Tommie Olsson 388
6. Jonny Bergman 386
7. Tobias Spång 171
8. Peder Welin 166
   Stefan Persson 166
10. Ola Matthing 94
11. Jonas Lindgren 90

Bana 2:

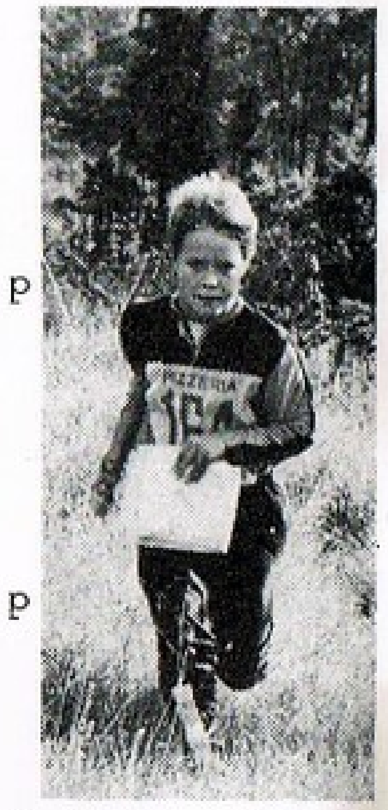
1. Olle Gardell 499
2. Björn Fransson 489
3. Andreas Karlsson 439
4. Folke Lindgren 438
5. Göthe Dahlberg 425
6. B-C Larsson 424
7. Sture Larsson 415
8. Julle Dahlström 406
9. Mats Dahlström 366
10. Bo Magnusson 359
11. Sture Karlsson 332
12. Göran Lindström 329
13. Sven Persson 316
14. Gunnar Alvaeus 219
15. Kaj Wirén 182
16. Sven-Erik Welin 180
17. Börje Ohlsson 93
18. Sven Larsson 82
19. Rolf Malmros 80

Bana 3:

1. Lisa Larsson 470 p
2. Niclas Alvaeus 465
3. Anne Larsson 462
4. Margareta Persson 447
5. Ann-Marie Lundqv. 442
6. Ewy Hörnell 440
7. Ing-Marie Bergman 430
8. Folke Magnusson 428
9. Maria Larsson 396
10. Ove Wallier 369
11. Olov Fransson 354
12. Carl-Fredrik Mat 192
13. Eva Welin 159
14. Ann-Mari Larsson 148
15. Ulla Dahlström 141
16. Lena Nyström 99
17. Gunnel Fransson 83
18. Lena Nilsson 78
19. Inez Dahlström 70

Bana 4:

1. Maria Persson 483 p
2. Irene Lundqvist 439
3. Anna Dahlström 435
4. Jessica Dahlström 365
5. Anki E 236



Bana 5:

1. Tina Lundqvist 495 p
2. Henrik Lundqvist 488
3. Anders Lindström 100
4. Klas Welin 85
5. Helge Fransson 78

För statistikbitare kan vi nämna också: att

... det gjorde 250 starter totalt i årets P-OL:s 7 omgångar.

... det var mellan 35 och 45 deltagare varje gång.

... 3 st deltog samtliga gånger, nämligen "Dallen", Folke L och Evy H.

... Olle Gardell missade "drömgränsen" 500 p med en enda pinne.

.. uppstickaren Erik F vann långa banan efter hård kamp med "old man" Gert L.

.. Hasse M tydligen arbetade så hårt med att sammanställa resultaten att han inte deltog en enda gång!

HASSE M

LENNART LISSHEIM FUNDERAR

Hej alla OL-vänner!

Här kommer en rapportsammanfattning och några personliga funderingar om OL. Efter en hård vinter för oss gotlänningar blev det äntligen vår och vi kunde starta alla aktiviteter som var planerade. Som nyvald ledare hade jag svårt att hålla reda på alla aktiviteter som erbjöds. Det kunde jag konstatera genom att titta i planeringskalendern. Kanske blev det för mycket av det goda.

OL-skolan startade med ett stort antal deltagare - från knattegruppen till föräldragruppen. Glädjande var antalet nya medlemmar som sökte sig ut till vår klubbstuga. Detta märktes särskilt när vi hade det årligen återkommande lägret på Fårö med ett 60-tal deltagare. Tyvärr var inte vädrets makter med oss denna gång, men roligt hade vi i alla fall.

Lennart Lissheim lever som han lär - prövar även andra aktiviteter , som t ex skidåkning.

I skrivande stund så har åter våra ungdomar visat framfötterna i OL-skogarna. Många segrar har skördats! Vilka härliga ungdomar vi har i klubben! Dem ska vi vara rädda om! Full aktivitet råder även inför de tävlingar vi fått till uppgift att genomföra i höst och nästa år - främst då 3-dagars. Det krävs verkligen perfekta arrangemang. Trenden är ju tyvärr ett minskat intresse för tävlingarna, främst då Gotlandspaketet. Vi skall försöka bryta den trenden inför 1988 års 3-dagars.

Som avslutning några personliga tankar om detta med OL:

Målet är ju, som bekant, att erbjuda alla och envar en fysisk stimulans som samtidigt är utvecklande för barn och ungdom. Problemet är att behålla intresset hela tiden igenom, främst i de senare tonåren.

Jag anser att vi inte bör ställa för krav och inte erbjuda ensidig syssel - sättning där tävlingsaspekten kommer in i för tidig ålder. Låt barn och ungdom pröva på många olika aktiviteter! Vi som OL-klubb kanske kan erbjuda dessa andra aktiviteter bredvid OL, annars är risken uppenbar att ungdomarna är "urless" på allt vad OL innebär vid 14-15 års ålder. Vi bör få en stegrad stimulans och intresse för OL-sporten, så att, när de når 15-årsåldern, motivation och attityder är på topp för en satsning på OL-karriär.

För de som vill, skall det finnas resurser och stöd för att nå elitnivå. Då skall det också ställas krav både på utövarna och ledarna!

Har ni synpunkter och idéer, så hör av er till mig eller till gruppledarna. Jag har telefonnummer 621 70 (korrigering från förra numret av SVETTBLADET).

Sommarhälsningar från

LENNART LISSHEIM

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

VOK:S MÅNADSLOTTERI

Nya vinnare i VOK:s månadslotteri:

April	Nr 64	Bertil Karlsson
	Nr 00	Anders Nordin
Maj	Nr 13	Ann-Marie Lundqvist
	Nr 62	Gun Wickström
Juni	Nr 43	Robert Gustafsson
	Nr 00	Anders Nordin
Juli	Nr 16	Britt Jonsson
	Nr 73	Sven Larsson

Grattis alla vinnare, säger "Hon som har hand om'et"

BERITH HALLGREN

nya

PYTT - I - TOFTA

LÖRDAGEN DEN 31 OKTOBER anordnas den nu traditionella motorcykeltävlingen ENDURO på Tofta skjutfält. Vad har nu vi i VOK för intresse av det, mer än att vi kanske är åskådare?Vi ska väl inte börja tävla på motorcykel också? Nej, men vi ska ha hand om matserveringen och kioskförsäljningen!

Efter moget övervägande och många funderingar har vi alltså beslutat oss för detta. Orsaken är naturligtvis att vi vill försöka förstärka klubbkassan.Det är ett stort åtagande som kräver stor arbetsinsats, så vi hoppas att alla VOK-are som har möjlighet bokar in den 30-31 OKTOBER för att hjälpa till med att bl a servera pytt-i-panna eller att sälja varm korv.

Ulla började försäljningsträningen redan i vintras på skidskoleavslutningen, fast hon tog inte betalt, och ungarna fick blåbärssoppa i muggarna.Nu blir det andra bullar - och pytt-i-panna! Men hon kan ju inte stå där ensam ! Ring och tala om att du vill hjälpa till . Då blir Ulla ännu gladare än vanligt - och det vill inte säga litet det...

Vi är nu en arbetsgrupp som börjat planera och dra upp riktlinjer för hur det ska fungera och vi knyter fler medhjälpare till oss efter hand som planeringen fortskrider.

I stora drag kommer det att fungera så här: Vi skall alltså servera mat till alla tävlande och funktionärer, och även till övriga som vill köpa mat. Menyn kommer att bestå av pytt-i-panna o. dessutom rödbetor, hårt bröd och något att dricka. Pytt-i-pannan köps färdig, frusen och ska värmas i Södervärnsskolands bespisningskök och fraktas ut i värmekantiner som vi lånar från det militära.

Nya kartor gör det lättare hitta fel

På tävlingsplatsen blir det en matservering i ett speciellt tält, dit maten alltså fraktas. I övrigt kommer vi att ha kioskförsäljning på ett antal platser runtom banan. Det gäller att hitta bra platser där stor publik finns. Som det ser ut nu, blir det två storka kiosker i depåområdet, där många människor passerar och vistas under tävlingsdagen. En av dessa kiosker skall också vara öppen från fredag f m till fredag kväll och åter igen tidigt på tävlings dagens morgon och resten av dagen, för att förare, funktionärer och övriga ska kunna handla något ätbart under tiden besiktning av motorcykeln pågår och tävlingsbana- och -plats färdigställs.

Övriga kiosker, en vid Hallbroslott och ytterligare ett par mindre längs banan planeras. I kioskerna skall vi sälja varm korv, smörgås, bulle, kaka,kaffe, läsk, godis o s v.

För att få allt detta att fungera behöver vi ett lager att plocka varor ur, en transportavdelning, en ekonomiavdelning o s v.

Så, BÄSTE VOK-ARE! Boka alltså dessa dagar, 30-31 OKTOBER, för ett något annorlunda arbete på Tofta skjutfält - eller i Södervärnsskolans kök! Vi tror det blir jobbiga, men givande dagar.Vi vill gärna att ni hör av er om ni kan jobba, och vad ni vill jobba med.

NISSE HALLGREN, tel 189 97
TOMMIE OLSSON, tel 775 01
ULLA DAHLSTRÖM, tel 118 53

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

GOF-LÄGER OCH OL-Touren i Dalarna

Internationell vår-OL

När jag fick till uppgift att rapportera från GOF:s "Sommar-bredd-elit-läger" var första tanken i mitt huvud: "Varför just jag?", slapp tonåring, som jag är. När jag väl satte mig ned för att tänka igenom vad innehållet skulle bli,kom jag på att det var riktigt roligt att tänka tillbaka och minnas. Därmed inte sagt att jag är frivillig rapportör för evig framtid!

Nu till väsentligheterna...

Ett 30-tal gotländska OL-ungdomar plus några ledare samlades utanför Hamnterminalen måndagen den 8 juni på eftermid - dagen för ipackning av en buss. Därefter var det dags för den sedvanliga båtresan, med följande bussresa mot Borlänge, närmare bestämt Mellsta Stugby . Vi kom fram kring midnatt,gotländsk tid. Efter det att vi fått våra 4-personersstugor bäddades det och de flesta somnade nog ganska fort.

När jag vaknade följande morgon tänkte jag: "Oh, vad skönt att få ge sig ut och springa!". Det skulle jag inte ha tänkt ty vad skådade mitt norra, eller var det mitt östra öga? Nåväl, mitt åt något vädersträck riktade öga skådade ett strilande försommarregn, vilket det skulle göra nästan hela veckan.

Denna väderlek visade sig förödande för många med mig optimistiska typer som hade räknat med strålande sol och därmed ej tagit med sig mycket andra kläder än kortbyxor och solglasögon.

Killarna som gjorde sensation i Lilla Siljanskavlen i Insjön - kom femma i stenhård konkurrens. Fr v Peder Welin, Niclas Alvaeus, Jonny Bergman, artikelförfattaren Andreas Karlsson och Magnus Dahlström. Det var f ö då som Andreas myntade uppmaningen: "POJKAR! NU LÄGGER VI OSS I EN HÖG SÅ DET BLIR VARMT!!!

Hur som helst gav vi oss ut på ett fri-OL-pass. När vi sedan kom hem visade det sig att duscharna endast gick om man proppade dem fulla med 1-kronor. Följden blev, att alla svettiga, lortiga och snåla OL-ungdomar struntade i att duscha. Detta problem löste sig dock tack vare att våra duktiga ledare SVEEN PERSSON, MARGARETA PERSSON och LILIAN LÖFDAL ordnade avgiftsfria duschar i en motionscentral.

För att inte bli tjatig presenterar jag här det ungefärliga dagsprogrammet för lägret:

07.00 Väckning, frukost
08.00 Hämtning av lunchmat i ledarstugan
08.30 Avfärd till träning, träning, dusch, mat och vila
13.30 Avfärd till träning (se ovan)
19.00 Hämtning av kvällsmål och frukost
20.00 Kvällspass (teori)
22.00 Sov gott!!! (följdes ej till punkt och pricka av alla...)

Vi genomförde bl a två kurv-OL-pass, dvs orientering på en karta med endast höjdkurvorna och punkthöjderna tryckta.Denna övning är alltid nyttig för ovana OL-are från Gotland. "Kurvorna skall vara ett hjälpmedel, inte en hinder. Det är lätt att springa på kurva, bara man håller i dosan och stegar", som en föreläsare på lägret sade.

En annan rolig aktivitet var ploj-kaveln som arrangerades av stuga nr 6: "Katta" Olsson (Hansa), Erik F, Peder W och Jonny B- Priser utgick till vinnande lag , samt till bästa klädsel resp lagnamn.

Inslagen av kaviarkrig var också ganska underhållande!

Trots tråkig väderlek och en något inaktuell karta, blev lägret mycket givande. Jag hoppas att få se samma ledartrupp nästa år. NI VAR UTMÄRKTA!!!

ANDREAS K

◊◊◊

UPPHITTAT

Efter Dala-Touren upphittades på skolgården i Borlänge en silverhalskedja med en orienteringsskärm som hängsmycke.Min kontaktman på skolan tror att någon i vår grupp tappat den och har skickat den till mig. Hör av dig till undertecknad. om du saknar den! (Björn F, tel 64568)

nya

GLIMTAR FRÅN VOK-CAMPINGEN I

VOK-Orienterare på O-ringen: En kombination av jordgubbar och blåbär med ett och annat smultron uppå. "Vi kallar blandningen för STRULGUBBAR", sa någon snabbtänkare i busskön.

Sista dagen hade alla att springa genom en lång, lång tunnel under E4-an. Den var 180 cm hög och det enda man såg framför sig var ett litet hål i bortre ändan. Ingenting för orienterare med cellskräck precis!

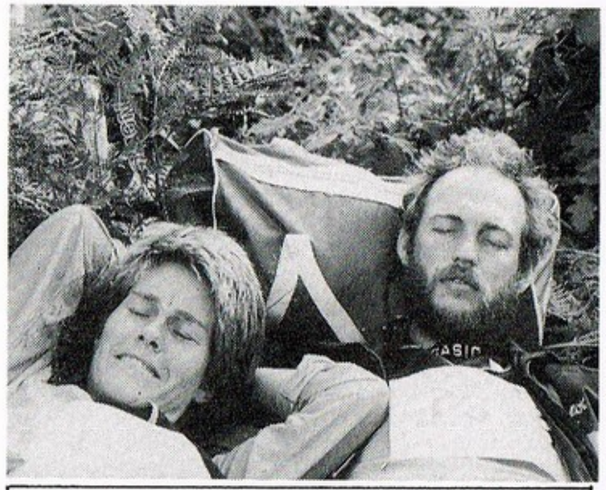
Ulla Dahlström kom i mål just som man i högtalaren tjatade om att man måste anmäla om man sett något vilt i skogen. Hon hade sett en orm och uppmanades av kvicka VOK-are att genast gå till viltrapporteringen...

Familjen Lundqvist bidrog med två fina placeringar: Tina blev fyra i sin D10-klass, men det höll på att sluta illa! Hon tog i så hon föll på mållinjen och de två tjejerna bakom henne lämnade sina kartor först, trots att Tina passerat tidtagningen först. Tack vare hennes mörka hår kom målchefen ihåg henne och misstaget kunde rättas till! Pappa Lundqvist blev f ö 13:e man i H35A - i hård kamp med Bros Kjell Skalberg.

Glad Tina, 4:a i D10-klassen. Grattis!

Jonny efter segern i etapp 3: "Oj, vad många kramar jag fått! - Men det får nog plats med några till...!"

Robban Gustavsson kom i mål bland de allra sista den dag vi startade senast. De sista 50 metrarna gick han... Han berättade om sina äventyr: "Jag kom utanför kartan och var väl nästan i Motala. Då kom helikoptern surrande över mig. Jag ropade upp mot den: "VA' FAN ÄR JAG NÅGONSTANS?" Någon i helikoptern pekade frenetiskt och jag jag efter peket - och hittade i mål till slut! Bönhörd kan man nästan säga...



Vad drömmer månne Robban om? Helikoptrar med målvisare...?

VOK-Cup Special - en utslagstävling i tävlingen - vanns av Björn Fransson, som slog Rolf Malmros i A-finalen. B-finalen vanns av Gunnar Alvaeus. Båda fick polska handmålade märken i pris.

Vän av ordning undrar: Varför släpar Hasse Matthing på Lena Molins (en av elittopparna) resultatskylt? Svar: Så här nära eliten kommer Hasse aldrig mer.

LENA

Skylt på "pinkrännan" i herrarnas toa:

HÅLL SNYGGT! - ELLER HUR DU VILL!

På tal om hålla snyggt: Folke Lindgren hade ett ljus på bordet utanför husvagnen. Under dagens värme slokade det betänkligt. Slakare kunde inget vara...

Niclas vann ett fint pris på den etapp som kallades "Antiråldsetappen". Han vann en kanon...

FRED

Björn sprang förbi Anna i skogen, fick se en skärm och ropade bakåt: "Ska du ha den här?". Fick svaret: "NEJ! - JO, FÖRRESTEN... DET SKA JAG VISST!" Den dagen blev Annas tid inte så bra...

Björn försökte medelst rörelser och gester beskriva sitt namn för några nyfunna Cubavänner. Hasse såg förundrad ut och frågade vad han gjorde. Efter svaret, sa Hasse: "Åh fan, jag som trodde du försökte beskriva en kamel!"

Familjen Matthing hade den typiska OL-vagnen - nödtorftigt hoptejpad för att hålla ihop ännu en tävling...

Sällan visade Hasse någon medtävlare ryggen...

Det var oroligt bakom Göran Fredriks-sons tält sista natten. Folk från Norrköping gömde sprit i häcken bakom och kom lullande för påfyllning och avtappning då och då. Göran måste vakta sitt tält. Då kom en yngling fram: "Du får jag låna en ficklampa av dej - jag hittar inte min kasse". Han fick inte låna någon ficklampa.

Göran F gick i väntans tider sista dagen. Han hade väl inte lyckats så bra under tidigare etapper och fick starta sist av VOK-arna i H45AL. Sista dagens jaktstart fick han dock vänta på Nisse i mål - triumferande: "Var har du varit?" Nisse hade startat en god stund före honom, men vann ändå över Göran i sammandraget. Skrattar bäst som skrattar sist!

Jonny lyckades bäst på alla sätt. Hans etapplaceringar: 2, 5, 1, 7, 7 = suveränt!

Jonny gav VOK-arna full sysselsättning med kransbindning om kvällarna. Lena Nilsson tillhörde de mest aktiva - på det området!

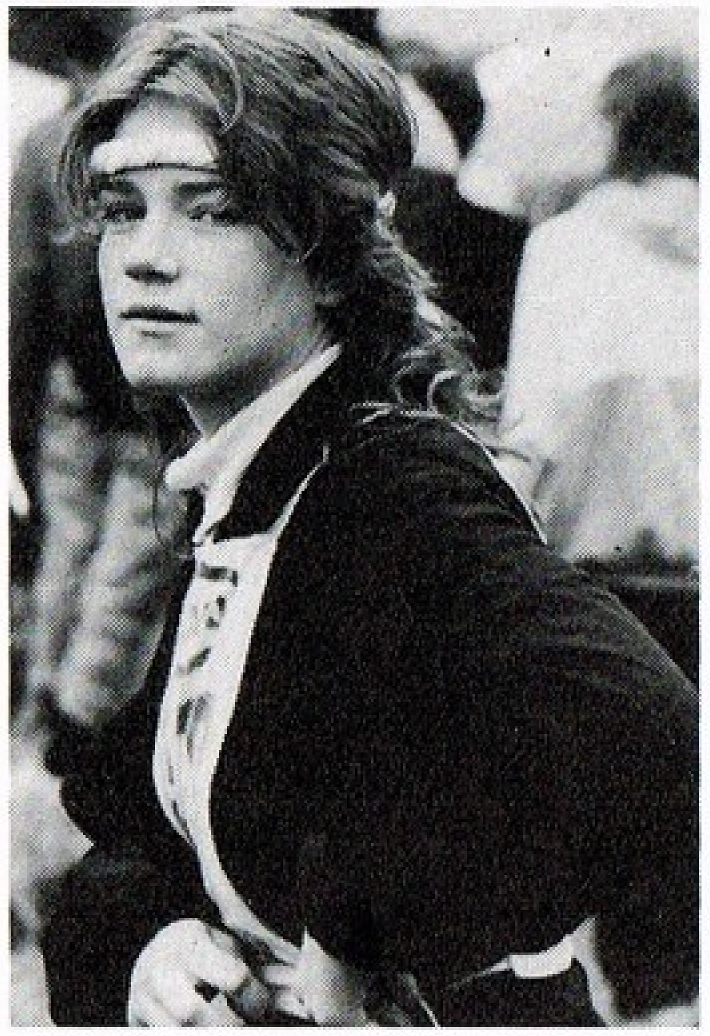
Sista kvällens disco höll oroliga VOK-föräldrar uppe sent. In kom en kille med omisskännlig östgötadialekt: "Hörni - kan jag få köpa en penna av er? Ni får 10 kr för den! Jag har glömt att skriva kort till morsan i Skärblacka. Men det tror ni väl inte på, va?" Det gjorde vi inte heller, men snälla Inez gav honom en penna, fick sig tian tillslängd, och for iväg. Vad han skulle med pennan till? Jo - göra ett tryck på handen, så att han kunde smita in på discot!

OCH NÄSTA ÅR BÄR DET AV TILL ...

O-ringen 5 dagars 1988 nya Sundsvall

VÅRA OL-GYMNASISTER

Först ut var JOHAN HALLGREN, numera en klippa i Örkelljungas 10-mila - och SM-budkavlelag. Han gick på OL-gymnasiet i Olofström. Därefter kom JONAS MATTHING in i Strängnäs och har just avslutat 3 år där. Han efterträdes nu av JONNY BERGMAN, som kommit in tillsammans med Svaides Eva Gillefors. Men inte nog med det! På det s k "hemortsalternativet" i Visby har också MARIA LARSSON och med "99,9% säkerhet" ERIK FRANSSON kommit in med början från höstterminen 1987 . Vilka VOK-ungdomar vi har!



MARIA "MIA" LARSSON har kommit in på Säveskolans 3-åriga ekonomiska linje i höst, men har nu fått chansen att träna 5 timmar i veckan på det s k "hemortsalternativet". Det betyder att hon kan avstå från 5 lektioner och då väljer hon bort franska och historia.

Några direkta planer för framtiden har den 16-åriga Mia inte. Hon tycker dock att hon har mycket kvar att utveckla i orientering och får hon bara vara frisk blir det full fart i skogarna i höst . Mia är ingen träningsnarkoman,så hon känner att det här med träning på schemat passar henne perfekt. Nu MÅSTE hon nämligen träna!

Hittills har väl Mia fått leva litet i skuggan av Eva Gillefors, trots att hon både vunnit 5-dagars, visserligen i B-klass, och blivit Götlandsmästarinna 1986. Men vänta bara, hon är just nu inte fullträнad efter en långvarig förkylning, och kondisen kommer tillbaka efter hand. Det märktes på O-ringen i Norrköping!

Om JONNY BERGMAN har det skrivits så mycket i dagstidningarna att det knappast behövs någon närmare presentation. Han är 16 år och skall gå teknisk 3-årig linje med ett eventuellt fjärde år på annan ort än Strängnäs. Om planerna går i lås skall han sedan satsa på att bli flygledare - ett bristyrke...

Jonny är verkligen välmeriterad, men allra först sätter han triumferna i Götalandsmästerskapen 1986 och 5-dagarssegern nu i Norrköping. Han anser sig dock ingalunda färdig utan tror att han kan bli bättre i allt, framför allt i OL- och löpteknik. Detta kommer säk - ert tränaren i Strängnäs, Bengt Haglund att se till.

Jonny kommer i höst att bo tillsammans med en OL-kamrat i ett höghus i Strängnäs, men kommer säkert att åka hem ofta, åtminstone varannan helg. Närmast satsar han nu på USM och på att försvara sitt Götalandsmästerskap.

MIA JONNY ERIK

Det är knappt vi vågar skriva om OL-gymnasisten ERIK FRANSSON. Alla insatta vet hur många turer det varit innan beskedet om att han med 99,9% säkerhet kommit in på hemortsalternativet på Säveskolan kom.

Erik fyller 17 år i höst och har redan gått ett år på Säves naturvetenskapliga linje. Det är en jobbig linje , och alla läxor och ordförandeskapet i Wisby Fältbiologer tar upp mycket tid.Det är med andra ord en lättnad för Erik att kunna få träna 5 timmar i veckan på lektionstid. Tränare lär f ö Bro-aren Ulf Nilsson bli.

Eriks främsta styrka just nu är nog löpningen, något som har gjort honom till en pålitlig startman i budkavlar. Tyvärr har han litet svårt med koncentrationen under ett helt lopp, säger han, och det gör att han kan gå prickfritt och sedan plötsligt göra en oförklarlig miss på en kontroll. Det är någonting han måste rätta till om han ska nå årets mål: Ett bra lopp och en skaplig placering på Junior-SM. Finaste meriten hittills är en tredjeplats i H18E på första elittävlingen för honom överhuvudtaget i Skåneterrängen i våras.

JONAS BLICKAR BAKÅT

Här ser vi Erik Fransson och Jonas Matthing tillsammans med JAN SUNDBÜE, elittränaren som var på Gotland och gnuggade våra bästa i våras.

För tre år sedan skrev jag i SVETTBLADET om OL-gymnasiet i Strängnäs.Då hade jag just börjat på skolan och visste inte riktigt vad det skulle leda till. Nu när jag så att säga har facit i handen är det väl på sin plats att skriva några rader igen.

Vissa förväntningar och föreställningar hade jag givetvis innan flyttningen. Vad gäller OL-biten och träningen i övrigt visade det sig bli annorlunda än vad jag trott! Nästan till hundra procent positivt!

Teknikträningen har med gotländska mått mätt varit helt suverän. Jag behärskar nu "fastlandsterräng" på ett sätt som jag inte gjort annars. Själva löpträningen och styrketräningen har även den varit mycket bra. Jag har lärt mig att träna i skogen, och inte på väg, som jag nästan alltid gjort förut.

Men om nu träningen varit så bra kan man ju undra varför jag inte vunnit SM ännu! Dels är konkurrensen stenhård och dels har jag varit ganska skadedrabbad. Jag har också allt det här med att flytta hemifrån och resa mycket. Det har tagit mycket på krafter och inspiration. Hoppas nu få en kick när jag flyttar hem igen!

Det som jag dock vill hävda varit bäst den här tiden är att jag lärt känna otroligt mycket människor! Nu har jag OL-kompisar över hela landet och det är verkligen kul att åka på tävlingar och träffa varandra. Detta gör att jag nog aldrig kommer att sluta med OL!

När jag flyttade hemifrån kände jag mig ganska så liten. Hemlängtan har jag haft oräkneliga gånger, men då har kompisar funnits i överflöd. Jag har också lärt mig att klara av vardagslivet, vilket känns tryggt.

Strängnäs med omgivning har blivit som min hemstad, och jag har tusentals minnen kvar där. Kanske jag en dag återvänder...? Gymnasiet jag gått på är en mycket modern och välskött skola. Den är lagom stor och har ett rikt föreningsliv. Jag tror nog att mina "civila" kompisar kanske betytt mer för mig än mina OL-kompisar. Nu, så här i efterhand, saknar jag dem väldigt mycket och det är en viktig bit! Jag har massor att berätta, så fråga mig gärna...

Sammantaget kan sägas att det varit en underbar tid och jag kan nu bara lämna över budkaveln till Jonny med ett stort lycka till! Gotlän ningarna är populära i Strängnäs, och kanske rär det dags för ett VOK-SM i OL nu...

En sak glömde jag; Jag måste säga att jag tycker klubben verkligen ställt upp för mig och det har jag uppskattat. Jag hoppas jag själv har gett/kommer att ge något tillbaka!

OL-hälsningar från

JONAS MATTHING

◊◊

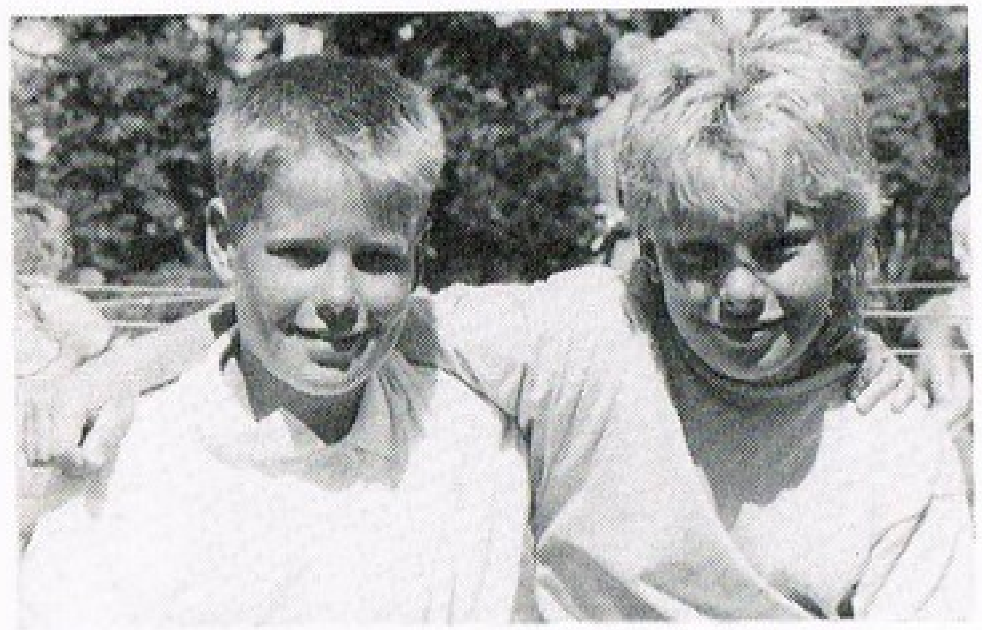
VOK-VETERANEN

"Det är skönt att det bär utför.Jag blir så tr nya i uppförsbackar."

FÅRÖ - FÅREVER!

* TORSDAG 28 MAJ *

Första dagen, när alla var samlade, och så gott som alla hade stuvat in sig,fick vi springa en bana. Dom allra minsta, d v s knattegruppen, tillsammans med någon vuxen, sprang en minibana på 1200 m. Medan vi i grupp 5 (juniorer) sprang 4500 m. Det var en hård, tuff och krävande man-mot-man-kamp i tung sand och höga, branta backar. Samtidigt gassade och plågade solen oss. När vi äntligen var tillbaka från plågan hade vi en genomgång tillsammans om hur banan hade varit.
Senare på kvällen gick de flesta på långpromenad. Sedan somnade jag helt slut.



Två kompisar och fina påläggskalvar i VOK: JOHAN HALLGREN och MARCUS OLSSON

* FREDAG 29 MAJ *

Vi åkte till Avanäs för att orientera. Det fanns tre banor att välja mellan, en kort, en mellan och en lång på 3200 m,men den var inte så jobbig, mycket p g a vädret, som nu var kyligt. Det duggregnade.

Efteråt bar det av till lägret, d v s Sudersands stugby, för lunch i resp stuga. På eftermiddagen sprang vi tillsammans till Ulla Hau, ett naturskyddsområde med sanddyner och skog. Där hade juniorgruppen stafett i de branta backarna.En plågande träning för benen! Knattarna tog en promenad i sanden och sedan samlades vi allihop i en jättestor, härlig sandbacke där till och med en del vuxna blev som barn på nytt.

På kvällen tog alla med sig kaffekorgar, och samlades på restaurang Strandskogen, f d Lambagiftet som vi hade fått låna.Vi presenterade oss för varandra, för det var många nya ansikten i Visborgs OK.

På kvällen tränade jag och min kompis ensamma i de tunga och branta sandbankarna på Ulla Hau.

* LÖRDAG 30 MAJ *

Tredje dagen samlades vi tidigt för att springa budkavle på hemlig plats. Det fanns sträckor för alla åldrar,"från ca en halv km till ca 5 km. Det var 6 lag med barn och vuxna blandat. Det var tungt och blött och svårlöpt, men alla var entusiastiska.

Sedan bar det av hem till lunch. Efteråt delade vi upp oss i grupper och gick på promenad. Knattegruppen lekte "Följa John" efter kartan.

Kvällen tillbringade vi i duggregnet vid grillarna och barnen spelade fotboll.

* SÖNDAG 31 MAJ *

Fjärde dagen skulle vi städa och åka hem men vi hann med en orienteringsrunda på förmiddagen i närheten av Ekeviken. Min grupp tränade på att avläsa höjdkurvor . Det var en lättsprungen bana, frånsett en del träsk!

Efter detta bar det av hemåt igen!

JOHAN HALLBERG

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

INTERVJUN

JOHAN HALLGREN, som bidragit med Fårödagboken, och kompisen MARCUS OLSSON träffar vi på 2-dagarsorienteringen.De springer i H12B och börjar i höst sina sjätte skolår på Gråboskolan.

Marcus, som ju är son till Tommie och har "springpåbrå", och Johan kom igång med orienteringen genom Lillkorpen och nu tränar de tillsammans 3-4 gånger i veckan. Då springer de 9 km och meningen är att den träningen ska ge bra resultat när tävlingarna börjar i höst.

Det här är killar som VOK kommer att få mycket nytta och glädje av, även på vintern. Marcus åker redan skidor och det är meningen att Johan ska börja han också. Såvida nu inte hockeyn tar allt intresse och tid vill säga. SVETTBLADET önskar de ambitiösa ynglingarna ett hjärtligt lycka till i fortsättningen!

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

RANKADE VOK-ARE

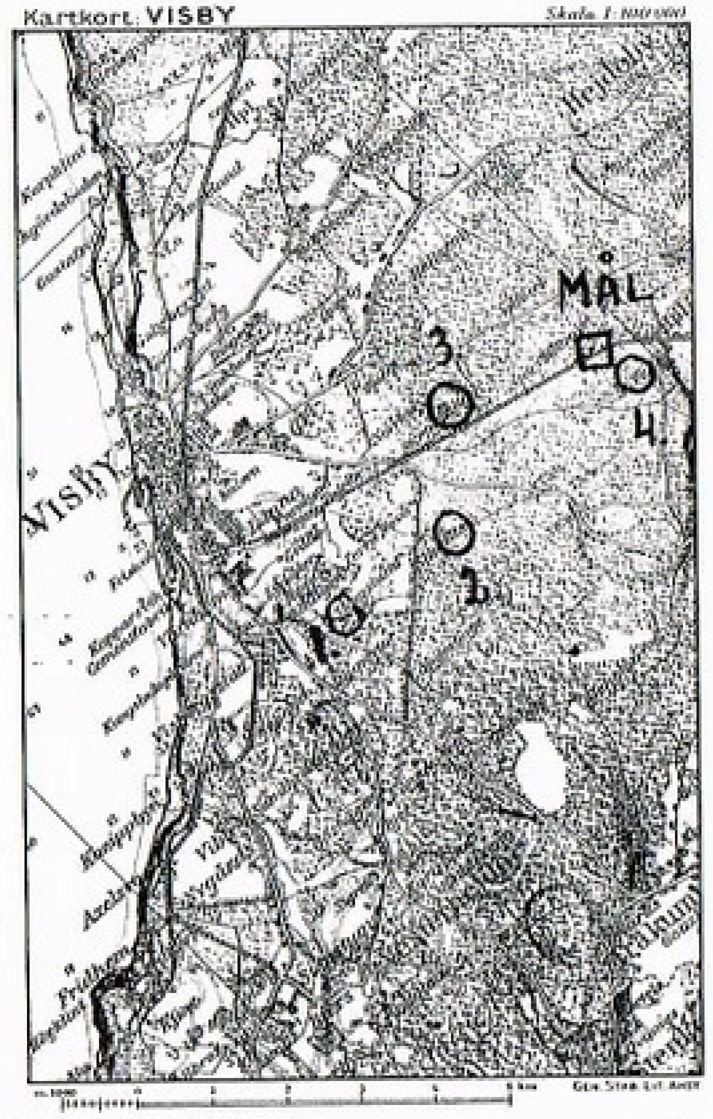
Svenska Orinteringsförbundet har en datarankinglista för de i H18 och uppåt i elitklass som vill vara med. VOK har följande rankade löpare:

Nr 0815	Erik Fransson	H18
Nr 0879	Jonas Matthing	H20
Nr 1479	Stefan Persson	H18
Nr 1729	Torbjörn Berglund	H18
Nr 1931	Ola Matthing	H21

GUBBTRÄFF MED MERSMAK

Fredagskvällen den 22 maj går till VOK-historien som särskilt minnesrik.Då begingo flera av de fullvuxna, historiska VOK-arna en historisk kamp i orienteringshistoriska marker med slutmål i den järnvägshistoriska, tillika orienteringshistoriska banvakts-VOK-stugan. Mankan, med visst understöd av undertecknad, stodo för den historiska bravaden att inbjuda alla sorkar över 50 till evenemanget. Hela 18 karlar hörsammade kallelsen.

Först gällde det att klara Mankans cykelorientering (se kartan!). En fullvärdig, men för dessa deltagare,en synnerligen enkel uppgift. Förvisso hava senare tiders miljöförstörare varit framme! Vadan den fordom ypperliga kartan ej överensstämde med verkligheten!! Dock voro kontrollangivelserna lättförståeliga, eftersom de ej utgjordes av nutida "kråkspark!".



KONTROLLANGIVELSER:

Start:	I din bostad
1.kontr:	Dubbeltorpen vid S i Skogslund
2.kontr:	Öster 1300 m.Kalkugnen i norra kanten av andra l i Slättflis
3.kontr;	NÖ 1700 m.Ödegården vid andra s i Skrubbshage
4.kontr:	ÖSÖ 2500 m.Stigkorset omedelbart norr V i St.Vede
Mål:	NNV 500 m.Banvaktsstugan 2 mm söder m i Storvidemyr.

Lennart Nyström med anhang kunde inte låta bli att, via ett träd, hissa upp kalkugnsskärmen i skyn, med avsikt att undertecknad med sällskap ej skulle nå stämpeln. Tack vare min ståtliga växt, och med stöd av likaledes ståtligt byggde Lennart Larsson, misslyckades de skändligen i sitt uppsåt. Likaså hade de tagit sig orådet före att tömma vätskekontrollen på våtvara innan vi anlände därstädes.

Väl framme vid VOK-stugan vidtog det andra orienteringsmomentet - miniatyr - orienetering till fots runt den forna banvaktsstugan, där starten skedde vid köksbordet. Minnesrik blev även denna tävling. T ex: Fyra män stodo diskuterande under sökandet efter en vacker och tydlig sänka. Så kommer Sven Larsson i noggrann kompassgång stegandes och stannar vid sidan av gruppen: "Här ska den ligga!" - "Nä, här hava vi sökt!" - "Men den ligger ju mellan fötterna på eder!" Flera andra tillbud inträffade bland annat p g a ovannämnde Svens göranden.Endast min stora blygsamhet förbjuder mig omtala konstruktören av denna utmärkta bana.

Därefter vidtog historieberättandet , först i bastun och därefter "något" försenat i VOK-stugan.Nu måste jag be Dig, o dyre läsare, att sätta Dig stadigt neder.Ity i stugan bjöd Mankan på EGENHÄNDIGT tillagad sill i olika skepnad, samt bröd och öl! Att stämningen därvid steg ännu högre, länder Mankan till stor heder. Apropå heder, innan vi fingo ta första tuggan, ledde Mankan en enkel,men mycket vacker, hågkomst av hädangångna VOK-kämpar.

Under och efter måltiden dånade skrattsalvorna i salen åt dråpliga minnen som bl a Bengt Söderlund framförde på ett oefterhärmeligt sätt. Bidrogo till underhållningen gjorde även Ture Larsson och Nisse Paledahl med sina musikinstrument. Mångt av det som sades lämpa sig icke, min unge läsare, för oerfarna öron!

Vid den blå timmens inträde bjöd Mankan på nästa överraskning! Kaffe och hembakad, underbar tårta! Så småningom kröp det fram att hans kära maka stått för bakningen. Dags var nu att avtacka Mankan och att sadla stålhästarna för hemfärd, ity att mörkret ej skulle bli så djupt att Bysen fick en möjlighet att ställa till obehag för de hemvändande kämparna. Alla voro vi överens om: DET HÄR SKOLA VI GÖRA OM!

ANDERS DAHLIN

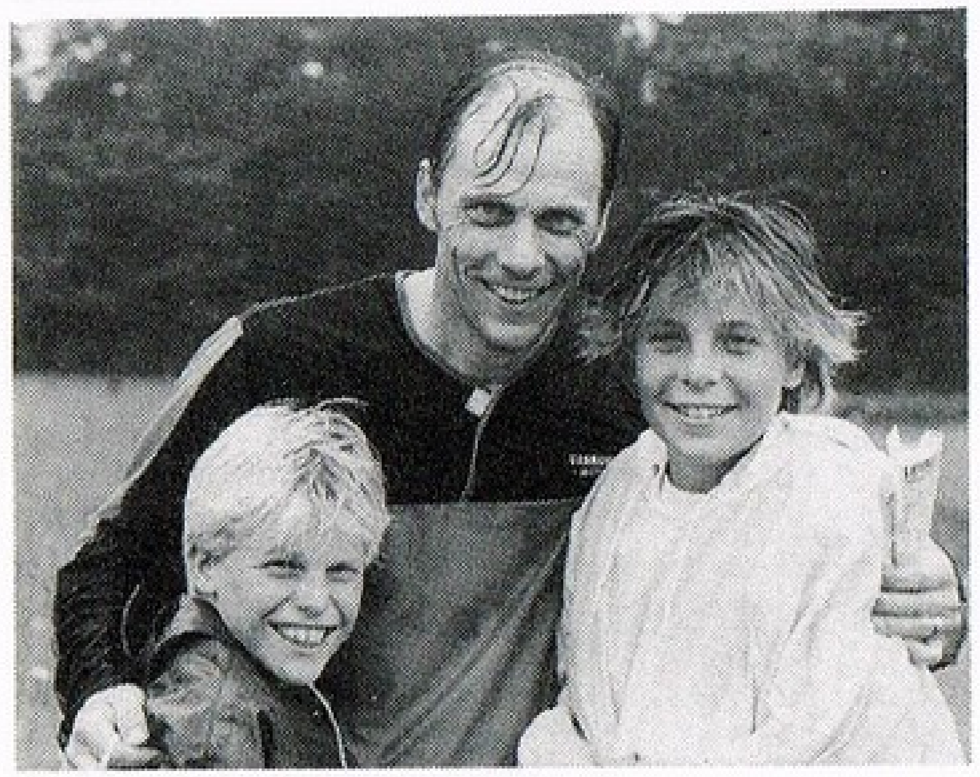
nya

VOK-FAMILJEN

LINDSTRÖM

Under 3-dagars andra etapp står vi och väntar på att de första avundsvärda, som redan gjort sitt, ska komma i mål. En av de allra första är ANDERS LINDSTRÖM. Han kommer som en vindil längs upploppet, och innan vi hunnit blinka har han rundat målfållan och kommer farande bort till VOK-gänget. Ögonen är ännu upphetsade och två svettpärlor trillar ner i nacken.

"Men när startade du då?" utropar pappa Göran. "Tio över!" - "Men då har du ju bara sprungit en kvart. Har du varit vid alla kontrollerna?" - "Jodå!", försäkrar Anders, "det tog bara så lång tid mellan kontrollerna", och så stampar han i marken. Ja, tänk så'n tid det tar mellan kontrollerna, tänker jag och avundas de snabba benen och den rappa tanken.



Kanske är det här Anders i ett nötskal - åtminstone utåt sett är han ett litet kvicksilver. Han har växt upp i VOK-gänget, tittat på de stora killarna och tjejerna i många år, suttit i knä på en del och busat med andra. Nu är han tio år och har hunnit springa ganska många tävlingar själv. Han tycker att det för det mesta går bra och är aldrig rädd för att komma fel. Han avslöjar också att han har en liten passion i skogen - han älskar vätar!!! Finns det en vät tar han helst vägvalet tvärs igenom den!

Anders har sällskap hemifrån på sina orienteringstävlingar. Det har han alltid haft. Han är nämligen yngste familjemedlemmen LINDSTRÖM, där syrran ANNA, pappa GÖRAN och mamma ANN-CHRISTIN redan tidigare gjort sig hemmanstadda i VOK-gemenskapen. Men.... Det höll på att bli Nordkap istället för Gotland för den här Dalafamiljen. Och det var nära att de hamnade i Svaide i stället för i VOK. Ödet (i form av Hasse Matthing och Gustav Grönblad) lockade dock Anna med sig till VOK:s OL-skola, livligt påhejad av pappa Göran. Där fnittrade och irrade hon sig fram mellan kontrollerna och gav aldrig upp.

Till sin första tävling missade hon parkompisen, men sprang oförskräckt KM alldeles ensam. Det gick det också. Inte ens när hon gick vilse i Pilhagen o. var borta nära tre timmar tappade hon modet. Det var bara två stackars föräldrar som blev oroliga.

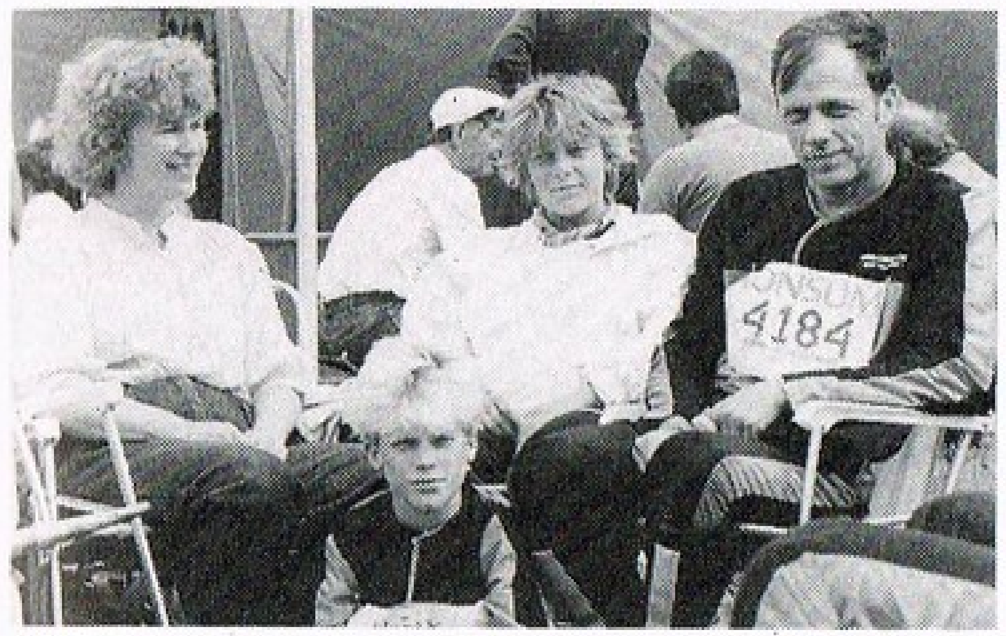
ANNA är 16 år nu och det var länge sedan det här hände. Orientering har blivit mer än att sporta för Anna. Kompisarna i klubben betyder mycket - det är naturligt att umgås lika mycket med killar som med tjejer, och yngre och äldre möts otvunget. Anna är ordförande i ungdomskommittén, som hittills anordnat en bejublad hajk. Det lär bli fler, om Anna får bestämma!

Livet för en 16-åring är förstås inte bara orientering. Anna sjunger och spelar flöjt, dansar och skriver dikter!! Tecknar och målar, gör hon också - och pratar i telefon - mycket! Åtminstone tycker pappa Göran det.

Det konstnärliga intresset delar hon med mamma ANN-CHRISTIN, som också sjunger, spelar piano och målar. Men som fö många andra mammor blir det för litet tid över för det här, när hemmajobb tagit sitt. Just nu har Ann-Christin också bytt jobb och det tar på krafterna att komma in i allt det nya. Både hon och Göran suckar och tittar sig om i köket och konstaterar att ingenting blir gjort hemma. Allt annat tar mycket tid, mest orienteringen. För visst vill Ann-Christin också vara med ute i skogen och då och då springa någon direktbana.

I lagom takt vill hon ta sig fram -utan press och hets. I all hemlighet har hon ett gammalt diplom i orientering hemma. Hon vet att hon kan - och hon är den enda i familjen som någonsin fått diplom!

Någon sådan utmärkelse fick nämligen inte pappa GÖRAN när han på 50-talet sprang sin första orientering i Dalaskogarna. När han lyckats ta sig fram till tredje kontrollen var den indragen. Göran struntade i orienterandet och ägnade sig åt fotboll och ishockey istället. Sakta, men säkert, drogs han dock tillbaka till skogarna igen...



I jobbet som vägplanerare kom han i kontakt med kartor, och när han sedan kände att han behövde komma ut och röra på sig var det naturligt att följa med Anna till VOK-stugan. VOK-Cupen kom igång och Göran kände att han var väl meriterad i gänget. Hans motstånd mot att ta på sig OL-dressen övervanns och tävlingsivern tog överhanden. 1986 vann han VOK-Cupen - i hård konkurrens - en merit, god som något diplom!

Precis som åtskilliga av dagens aktiva i VOK har Ann-Christin och Göran hittat in i klubben genom sina barn. Det är också självklart för dem att själva hjälpa till med alla de sysslor som finns i en aktiv klubb. Ann-Christin ser till så det blir trevliga fester då och då och Göran har den gångna vintern varit skidledare vid VOK-stugan. Massor av barn har åkt skidor i den populära skidskolan. Trots att grupperna halverades och halverades var de av någon konstig anledning ändå lika stora lördagen därpå!

Många av barnen har fortsatt med orientering fram på våren. Barnen har lockat med sig sina föräldrar och vi har blivit fler medlemmar i VOK. Det kan vi bl a tacka Göran för. Det är bra att vi är många, tycker Göran, för det närmaste året kommer han att behöva hjälp av oss alla. Speciellt 7, 8 och 9 juli 1988. Då går 3-Dagars och VOK är arrangör med Göran som tävlingsledare.

"Boka din semester då", vädjar Göran. Det finns mycket och roligt jobb inför den tävlingen - och ett är säkert: Lindströms hinner inte göra något åt sitt kök förrän 3-Dagars '88 är avklarat! Lycka till, önskar SVETTBLADET och

GUNNEL

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

SKOGSPLANTERING

Vi klarade det ! Alla plantor är satta och ett välbehövligt tillskott till klubbkassan blev det - 25000 kronor !!! Pengar som skall användas av oss alla.

Vet ni förresten hur mycket pengar som vi tävlande gör av med i tävlingsavgifter? Om du exempelvis deltar i 30 tävlingar, så blir det:

Vuxen	30 tävlingar x 32:--	=.960:-
Ungdom	30 tävlingar x 17:--	= 510:-

Även om vi vuxna betalar vår tävlings - avgift på 200 kronor, så blir det ändå klubben som får subventionera med en ordentlig summa. Det är där som skogsplanteringspengarna, som är lättförtjänade, bl a kommer in.

Under tre hela dagar, två lördagar och en söndag, var sammanlagt 50 personer ute och planterade - både gammal och ung. Vädret var skiftande, som annars under denna kalla och regniga vår, men i jorden kom de (plantorna!).

Alla har vi mycket omkring oss - VOK-are är aktiva även på andra områden! Men skogsplantering är en härlig avkoppling och det är inget svårt jobb. Under ledning av våra erfarna skogsplanterare lär vi oss snart tekniken. Man går i sin egen takt och puttar ned sina plantor , filosoferande över livet eller ivrigt pratande med grannen i fåran bredvid.

Är vi många som hjälps åt, så blir resultatet bra, och det blir heller inte så betungande för var och en. Så förbered dig alltså redan nu för en ny skogsplanteringsdag i nästa år. Ju flera vi är, desto lättare går det och desto roligare är det. Du är välkommen, ny som gammal planterare. Och ni som var med i år redan - TACK FÖR HJÄLPEN!

UNO, ING-MARIE, ULLA

nya

VOK-MEDLEM !

HAR DU TÄNKT PÅ,

att vid

NORRBYS i FOLLINGBO

kan DU köpa

Potatis

hela året

nya

SVETT-

BLADET

UTGIVET AV VISBORGS OK JULEN 1987

MATSERVERING. MJÖLK ÄR LIVET. FRUKOST 22:-. LUNCH 30:-. VISBORGS OK. Hur går allt detta ihop? Jo, för att få VOK:s ekonomi att gå ihop får klubbens medlemmar ställa upp på det mesta - denna gång med all servering under den stora ENDURO-tävlingen - GOTLAND GRAND NATIONAL på Tofta Skjutfält. Hur det gick ihop får ni läsa om inne i SVETT-BLADET. Vi presenterar också VOK-Familjen ALVAEUS som också pryder julnumrets yttersida. GOD JUL!

nya

SVETTBLADET

MER ELLER MINDRE OFFICIELLT ORGAN FÖR VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB OCH DESS MEDLEMMAR.

Utkommer tre gånger om året, nr 1 i mars, nr 2 i juli och nr 3 i december.

Upplaga: cirka 300 exemplar = 1 ex / familj.

HUVUDREDAKTÖRER: Björn och Gunnel Fransson med adress: Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel. 0498/64568. Ring gärna!

REDAKTÖRER: Kommittéledare och alla andra som blir ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ vill skriva något! Välkomna!

INNEHÅLL

Sid 2: Unos hörna. På väg?
Sid 3: Silvapriset.VOK-Mutor?Kartkunskap
Sid 4: Hajk. Har du?
Sid 5: Klubbmästare 1987
Sid 6: Debatt: OL-träningstraditioner
Sid 7: Debatt: Är det kris?
Sid 8: Lera, korv och senap
Sid 9: Ordna kön. Pytt i Tofta
Sid 10: Jubileum med triathlon
Sid 11: Skidskola. Två av 100
Sid 12: VOK-Cupen. Vad gör FRO?
Sid 13: 3-Dagarsinfo. Kultur-VOK
Sid 14: VOK-Familjen Alvaeus
Sid 15: Stugnytt
Sid 16: I nya SOFTa skor. VOK-Shopen.

H-REDAKTÖRERNAS ORD

VOK-Vänner!
För en vecka sedan kände jag mig som trollkarlen, ni vet: "Ingenting här - ingenting där - och ingenting häruppe" (menande gest mot huvudet!). Det kändes totalt oinspirerat att sätta sig och skriva SVETTBLADET.

Och så plötsligt... Det kommer bidrag. Jag ringer. Folk ringer. Bilar kör in på Lunds-autostraden. "Oj, vi höll på att glömma skriva!" Och så var det roligt att skriva och klistra och lappa igen. Resultatet har ni i er hand. Det är bara att hoppas att någonting skall falla alla i smaken.

Tack till Rolf Malmros för fina bilder och snabb framkallningsservice.

Grattis till tryckaren STEN ÅHLBERG, som förhoppningsvis läser det här! Må du länge leva och trycka!

Och till er alla: GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR från hela familjen FRANSSON.

UNOS HÖRNA

Lucia...

Så har vi åter nalkats den tid då vi skall samlas kring Lucia och VOK:s Luciatablå. Våra sammankomster är ett bevis på den fina gemenskap vi har inom klubben.

Verksamhetsåret, och vilket år se´n, närmar sig sitt slut. De tävlingsmässiga resultaten svarar resp sektion för, men jag vill bara nämna att VOK återigen visat sin bredd och styrka. Silvapriset gick till klubben även i år.Med duktiga och intresserade ledare blir det goda resultat!

Det nya för året var Enduron. Tack vare ett enastående fint planeringsarbete genomfördes "äventyret" på ett strålande sätt. När tanken väcktes första gången var jag skeptisk, ja, nästan motståndare till förslaget. Men omvändelsen kom och nu, när det hela är över, kan jag bara säga: Det var nog det roligaste slitgöra jag varit med om i klubben. Att det sedan blev en slant över till kassan, gjorde det ännu roligare.

Apropå kassan: Budgeten inför nästa år är färdig att föreläggas årsmötet. Vi räknar med att jobba ihop ca 250000 kr och att få ihop 120000 kr i statliga o. kommunala bidrag. Utgifter,hemska tanke, blir det också - cirka 400000 kr! Går det ihop? Jodå, vi skall ordna det.Heder åt alla välvilliga medlemmar som gör det möjligt.

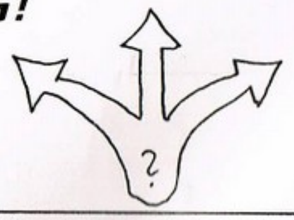
Klubbens ekonomi för dagen är något ansträngd, men under fullständig kontroll. Att vi skulle få arbeta med mindre marginaler förutsågs vid förra budgetarbetet. Orsaken är de dryga kostnaderna för att få fram nya kartor.

Till slut: Tack allesammans för ett underbart fint samarbete och god klubbkänsla. Det bådar gott för framtiden!

Till er alla:

GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR!

PÅ VÄG!



Den som inte vet vart han är på väg, hamnar förmodligen någon annanstans!

SILVAPRISET

I VOK-stugans prisskåp står numera NYA SILVAPRISET 1986-1990, en liten träbit med en kompass och inskription på. Så här lyder texten:

"Detta föremål av svartek kommer från Riks-Vasa. Riks-Vasa sjösattes 1599 vid Blasieholmen i Stockholm och förliste i Stockholms skärgård 1623. År 1964 har skeppet delvis bärgats. Bärgningen utfördes av dykarbröderna Erik och Sven Nahlin i samförstånd med Statens Sjöhistoriska Museum. Fyndplatsen anvisades av Anders Franzén, initiativtagare till bärgningen av regalskeppet Vasa".

Silvapriset är ett poängpris, som tävlas om under fem år. Priset är främst avsett att stimulera och uppmuntra våra klubbars ungdoms-och juniorverksamhet. Man tävlar om priset vid DM-dagorienteringar och i klasserna HD12-20.

Den förening som efter fem års tävlingar uppnått högsta poängsumman har erövrat priset för alltid. I årets tävling tog VOK en förkrossande seger,inte ens om man lägger ihop tvåans och treans poäng kommer man upp till VOK:s siffror.Så här blev resultaten 1987 o. 1986. Som synes vann VOK 1986 också!

	Poäng 1987	Poäng 1986
Visborgs OK	122	110
Bro OK	61	70
Roma OK	60	76
SOK Svaide	42	60
KA 3 IF	19	28
VIF Gute	10	5
IF Hansa	9	7
Garda IK	4	15
IK Tjelvar	1	9
OK Rauken	-	-

VOK-MUTOR!?

VOK har mutat in ett nytt kartområde i Rute. Det ligger öster om länsväg 148 vid Bräntings-Alby. Området är ca 10 kvadratkilometer stort och innehåller en del kuperade partier.

Förhoppningen är, att kartan ritas under 1988-89 och att första tävlingen på den blir ett NATT-DM. (B-C Larsson)

En som på ett föredömligt sätt bidragit till att VOK fick SILVAPRISET är den här tjejen, JENNY EKLUND. Hon blev också utsedd till årets bästa VOK-are i klassen D12 och visar här upp sitt pris.

KARTKUNSKAP

Minns du första gången en kartbild klarnade för din blick? När det gröna, det bruna och det blå på en konstig målning plötsligt flöt samman till en spegling av verkligheten. När du såg och förstod och upplevde vad den där bilden var ute för att ge dig:

Ett nytt perspektiv, en ny kunskap, ett nytt teckenspråk.

Det var nästan som upplevelsen när man lärde sig läsa: Det förtrollande ögonblicket när några udda bokstäver för första gången formade sig till ett obegripligt ord...

Karta är fakta och fantasi: Det är barndomens skattjaktskartor, äventyrskartor, fantasikartor ritade över öar som såg ut som spännande pusselbitar - det är detektivromanernas intrikata miljökartor - det är vuxenlivets självklara hjälpmedel att hitta rätt i en främmande stad eller ny bebyggelse.

Och framför allt kunskapskällan inom de mest skiftande områden. (Ur okänd nya la, klippt av Hasse M)

HAJK!

Lördagsfetermiddagen den 10 oktober 1987 klev jag och min välkände bror Anders in i den folktomma VOK-stugan. Jag hann plocka undan lite disk och torka av de översta dammlagren innan stugan fylldes av ivriga och glada VOK-ungar.

När alla hade rullat ut sina liggunderlag och prytt dem med sina färg-granna sovsäckar, där de ville sova, var det dags för första passet i 1987 års HAJK.

Då kom DALLEN och ANDREAS till min räddning. När gårdsplanen var fylld av orangesvarta orienterare skubbade vi ut och delade in dem i grupper. Den äldre gruppen sprang intervall med Dallen och Andreas, som också hade hjälp av OLOV och KARL-FRREDRIK, två mycket framstående VOK-are. Jag sprang iväg med den yngre gruppen. Vi sprang stafett och jag hade utomordentlig hjälp av ANNA D JESSICA, IRENE och MARIA.

I duschen möttes vi av ANDREA, SARA och JENNY, röda av värme med svettpärlor i pannorna. Jag tror att de kände sig en aning möra efter träningen. Bra kämpat tjejer!

På kvällen fick jag också debutera som kock i större sammanhang, eftersom killarna var ute och ordnade med kvällens spökrunda. LISA kom och hjälpte mig lite på traven och allting gick toppen! Köttbullarna och makaronerna slank ned utan problem. Synd bara att det tog en halvtimme innan makaronvattnet kokat upp!

När alla var mätta och belåtna var det dags för SPÖKRUNDAN. Först var det en del protester, och några ville inte ge sig ut i mörkret, men när vi hade placerat en stor, stark och tung 13-eller 14-åring i varje grupp gick alla iväg. Till arrangörernas besvikelse verkade alla räddare när dom gick iväg än när dom kom till baka!

PEDER kom ut till VOK-stugan på kvällen och förstärkte ledargruppen ytterligare. Tyvärr lämnade ERIK LILJEGREN och TOMAS JAKOBSSON oss samtidigt. När jag själv kommit till ro i min sovsäck den kvällen, konstaterade jag att inga olyckor hade inträffat än så länge, förutom att HENRIK hade krossat en porslinstallrik.

"Bäst att ta bästa köksförkl´ät på, när man kokar makaroner till hela VOK-gänget!" Glöm bara inte att sätta på vattnet litet tidigare, kära ledarbegåvningen Anna Lindström!

När jag sömnigt stapplade in i baracken nästa morgon för att väcka dem som sov där, var alla redan vakna. Jag fick stappla tillbaka till stugan och plocka fram frukosten.

Förmiddagspasset bestod av ett TARZAN-SPÅR, som Dallen, Andreas och Peder hade ordnat. Allt gick bra. Alla klarade sig fint uppför och utför branter och genom snår. SOFIE fick en sticka i foten, så hon och LINDA blev hämtade efter lunchen. Den bestod för övrigt av soppa och smörgåsar.

KARL-FREDRIK, OLOV, MARIA, IRENE, ANNA och JESSICA hade lagt banorna och ordnat med eftermiddagens och HAJKENS avslutande kavle. TACK FÖR HJÄLPEN! Kavlen gick bra! Efter fikat tog vi adjö av alla underbara orienterare och efter cirka en timmes städande och diskande kunde jag och mina äldre kamrater lämna VOK-stugan bakom oss, lika tom på folk och öde som när vi kom.

En stor kram till alla som var med. Hoppas ni kommer med nästa år igen!

ANNA L

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

HAR DU?

några urvuxna barn-eller ungdomsskidor, -skor, -stavar???

Vi behöver massor till skiduthyrningen!

RING, SÅ KÖPER VI FÖR EN SKÄLIG SLANT!!

ANDERS ARDIN
tel 16400
eller 16333

KLUBBMÄSTARE 1987

Vid orienteringsavslutningen utdelades en hel massa KM-tecken, men eftersom vi inte sett resultaten av NATT-KM eller DAG-KM publicerade, så kommer de här i sin helhet:

DAG-KM

Korta DAG-KM avverkades under Fåröhelgen med startplats i närheten av sågplatsen. Mankan var tävlingsledare och banläggare (?). När starten gick hade man slagit ihop klasserna H18-35, men resultatlistan visar skilda segrare...

D14:

1. Maria Persson
2. Jessica Dahlström
3. Elin Larsson
4. Anna Dahlström
5. Irene Lundquist

D16:

1. Maria Larsson
2. Lisa Larsson

D21:

1. Lena Nyström
2. Aina Österdahl
3. Ilze Hedin

D40:

1. Ann-Marie Lundquist
2. Gunnel Fransson
3. Eva Welin
4. Margareta Persson
5. Anne Larsson
6. Ingrid Enekvist
7. Ann-Marie Larsson
8. Ulla Dahlström

H14:

1. Karl-Fredrik Matthing
2. Niklas Alvaeus
3. Olov Fransson

H16:

1. Andreas Karlsson
2. Magnus Dahlström
3. Peder Welin

H21:

1. Gert Lundquist
2. Ola Matthing
3. Bo Magnusson
4. Robert Gustavsson
5. Svante Ekvall

H40:

1. Björn Fransson
2. Sven-Erik Welin
3. Gunnar Alvaeus
4. Göran Lindström

H45:

1. Folke Lindgren
2. Nils Hallgren
3. Hasse Matthing

H50:

1. Sven Larsson
2. Sture Karlsson
3. Göran Freriksson

H60:

1. Sture Larsson
2. Bengt Söderlund
3. Anders Dahlin
4. Lennart Nyström

H20:

1. Erik Fransson
2. Jonas Lindgren
3. Tobias Spång
4. Stefan Persson

DE YNGSTAS KM

De yngstas KM avgjordes vid ett senare tillfälle. Här är resultaten:

H12:

1. Klas Welin
2. Henrik Lundquist
3. Niklas Asklander
4. Jonas Andersson

D12:

1. Jenny Ekwall
2. Sara Gardell

D10:

1. Tina Lundquist
2. Malin Wickström
3. Sofie Malmqvist
4. Malin Ekwall

NATT-KM

Natt-KM gick på Traumebladet och även SOK Svaide fick vara med på ett hörn. Banläggare var BC Larsson och hela familjen var engagerad i jobbet. Målet var markerat med polisljus, så när man väl kom dit, var det inga problem att hitta ens med slocknad lampa.

D14-16:

1. Lisa Larsson
2. Maria Persson

D35:

1. Gurli Hörnell-Rondahl
2. A-M Lundqvist
3. Margareta Persson

D55:

1. Hild Nilsson

H14:

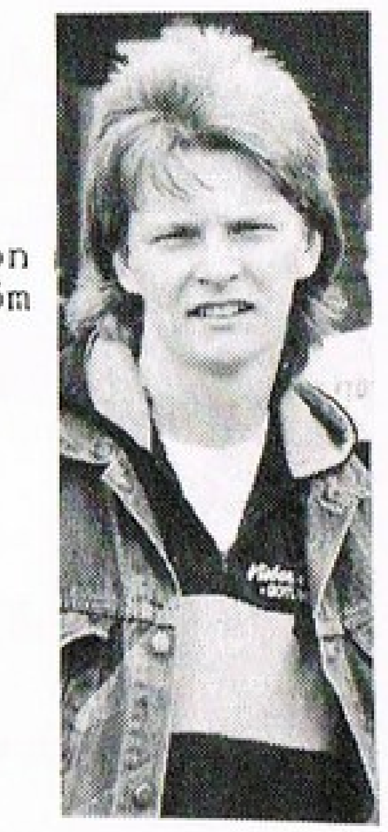
1. Niclas Alvaeus
2. Olov Fransson

H16:

1. Andreas Karlsson
2. Magnus Dahlström

H18:

1. Tobias Spång »
2. Erik Fransson



H21:

1. Gert Lundqvist

H40:

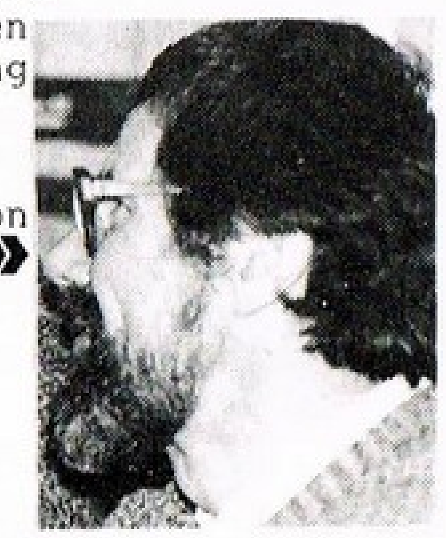
1. Björn Fransson
2. Olle Gardell
3. Torbjörn Spång
4. Sven Persson

H45:

1. Folke Lindgren
2. Julle Dahlström
3. Nisse Hallgren
4. Hasse Matthing

H50:

1. Sture Karlsson »



H60:

1. Folke Magnusson
2. Bengt Söderlund
3. Lennart Nyström

30 VOK-are och 20 Svaidingar startade!

nya

DEBATT!

OL-TRÄNINGS-TRADITIONER?

Om jag till någon klubbmedlem ställer frågan: "Har vi några träningstraditioner i vår klubb?", så får jag troligen svaret: "Vad då träningstrad...mummel-nånting..." Jag förklarar att träningstraditioner är något som utveck - lats under en längre tid.

Från det att man är liten till dess man blir senior, lär man sig hela tiden hur man ska träna för att bli bättre.Klubben följer givetvis (?) med i utveck - lingen, skickar folk på kurser och får på så vis en fin linje i sin strävan att nå toppresultat.

Nu får jag svaret: "Njaa-eee...?"Själv skulle jag vilja svara med ett högt och tydligt NEEEJ! Hitintills har inte VOK haft någon ansvarig tränare på OL-sidan. Det har knappast funnits några tränarkurser här på Gotland heller.Det är kanske så, att vi inte tidigare haft en massa juniorer som är villiga och träningssugna att satsa lite extra.Det har vi nu!

Jag har nu med OL-sektionens godkännande, så att säga frivilligt fått ta saken i egna händer och kommer framöver att hjälpa till med OL-träningen i vår klubb. Det känns bra att klubben sätter lite handling bakom orden att satsa på den nu snart forna "13-20"-gruppen. Därmed inte sagt att vad jag gör och står för alltid är det optimala i träningsväg. Dock tror jag att jag har en hel del att lära ut.

Under vinterhalvåret kommer därför en grupp ungdomar under min ledning att träna regelbundet. Till en början kör vi gemensamt en gång i veckan. Detta pass kan ibland även innehålla teori , tester m m. De aktiva som vill (och i mån av min tid (får sedan hjälp med sin träningsplanering resten av veckan. Jag tror att det är viktigt att man tar vara på individen - alla har inte samma svagheter/styrka och brister/förutsättningar.

Vidare hoppas jag få gensvar hos ungdomar och föräldrar, så att inte allt jobb rinner ut i sanden.

Segrare i Sommarkavlen-87: Magnus Dahlström, Jonny Bergman, Maria Persson och Niklas Alavaeus.

Bra idag! - Men hur blir det i morgon? Måste de flytta till fastlandet för att få bra OL-träning?

Vi får väl se hur det kommer att slå ut och om klubbens förmågor i framtiden inte behöver tro att man lärt sig allt efter OL-kurserna vid VOK-stugan...

För synpunkter, hör av er till mig!Jag gör min militärtjänstgöring på Lv2 och träffas säkrast på kvällstid (hemma).

OL-hälsningar JONAS MATTHING

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

VOK PROILEN

En skarp profil -
en alldeles egen.

Motion och TRIM -
det är den rätta vägen!

Vibble, LM, GOF, VOK med mera -
för Olof gäller det att prioritera!

DEBATT!

Det enda som gäller: Bli störst,
och starkast och snabbast och först!

Ve den, som är sist eller minst.
Det enda som räknas är - vinst!

I levnadens lopp (och i hopp!)
så måste man vara på topp.

Ett faktum är trist, men dock visst.
En vinner - och en kommer sist!

I tävlan man tänker blott sällan,
på alla som kom - mittemellan.

(Alf Henriksson via Hasse M)

ÄR DET KRIS?

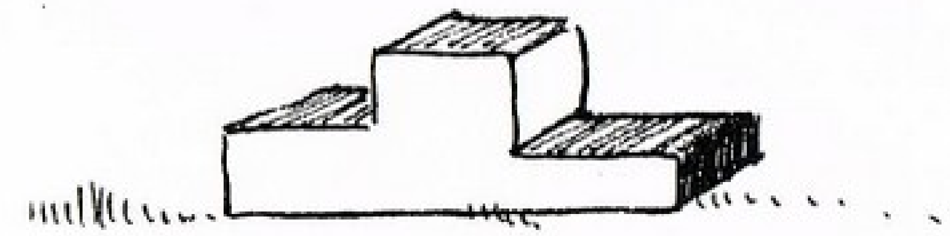
Vart barkar det med vår kära OL-sport? Åt skogen - eller vart? I Skogssport läser vi artiklar om att det håller på att bli kris - antalet anmälningar är på nedåtgående. Bara de riktigt stora tävlingarna håller de gamla måtten.

På Gotland är vi på väg åt samma håll. Vissa klasser är generande dåligt besatta, och segrartiderna alldeles för överlägsna. Största problemet synes vara nyrekryteringen. Vi gamla håller nog på till vi stupar, men statistiken över antalet startande i ungdomsklas - serna är negativ.

Samma problem har vi i VOK. OL-kurserna lockar fortfarande många nya och vi gläder oss åt detta faktum, men vart tar ungdomarna vägen sedan? Varför blir de inte aktivt tävlande? Är OL i så stor utsträckning en familjesport att det är omöjligt att bedriva den om inte mamma och pappa följer med ut?

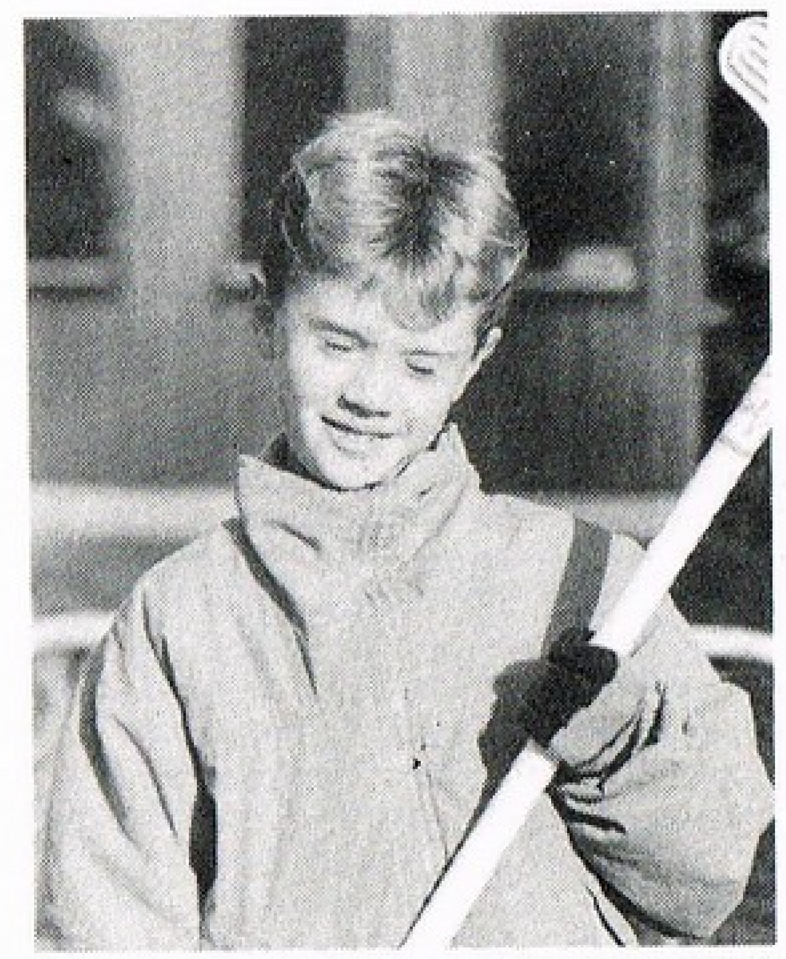
Efter den stora, fina gruppen "13-20", som 1988 är uppe i H18-klassen, kommer bara enstaka OL-skott upp. Se bara på 1987 års H14-grupp! Det vara nära att GOF inte kunde skicka fullt antal till det f d elitlägret - ens om man tog med alla som överhuvud taget ville åka.Och VOK har haft svårt att få ihop ett H14-lag till DM. Ännu värre har de andra klubbarna haft det på den fronten. I HD12 och HD10 är det tyvärr nästan lika illa. Enstaka enormt duktiga ungdomar - sedan ingenting!

Är det kris inom orienteringen? I så fall måste vi erkänna den och sätta igång med åtgärder, om vi vill att sporten skall fortleva och utvecklas. Visserligen har nivåbanorna kommit som ett



sätt att lösa problemet med nyrekryteringen. Här kan ungdomarna få orientera på sin egen nivå, oavsett ålder.

Men räcker det med nivåbanor? Räcker det med att få fram en fin topp? Kommer vi att få fler orienterare för att vi fick två världsmästare och OL blev korad till årets sport? Måste vi inte också satsa på de eviga tvåorna och treorna o s v så att de stannar kvar inom sporten? Hur gör vi det? Hur får vi ungdomarna att tjusas av sporten som sådan och upplevelsen av att hitta runt



Skall det bli orientering, fotboll eller rent av landbandy för Andreas Lissheim? Vem avgör det - han själv, en orienterande pappa eller framgången i sig?

och inte bara fortsätta så länge de har chansen att vinna? I slutändan blir det ju i så fall så, att bara de allra bästa fortsätter med sporten, och de övriga letar efter en ny sport att idka.

Det var många frågor - och alla pockar på svar. Får vi svaren från GOF? Eller från SOFT? Eller från oss själva? Arbetas det någonstans för att lösa problemen? Vad gör vi i VOK?

BJÖRN

nya

LERA, KORV OCH SENAP

"Lera eller senap på korven?" frågar sig artikelförfattarinnan. Medhjälpare är Jane Gardell,känd motionslöpare!

Lördagen den 31 oktober kommer att gå till historien inom Visborgs OK. Det var nämligen den dagen då ett stort antal medlemmar gjorde sin debut i enduro - Gotland Grand National.

Va, har dom nu gett sig ini motorbranschen också? Nej, man deltog inte i själva tävlingen, utan man hade åtagit sig att sköta serveringssysslorna med allt vad det innebär.

Undertecknad började sitt arbetspass i depåkiosk nr 2 (Lena och Robbans kiosk) kl 11.30 denna väderleksmässigt perfekta dag - solsken och lite kyligt . Strax därefter iförd förkläde och någon konstig huvudbonad (ifall hälsovårdsinspektören skulle dyka upp) började korvarna "hivas" över disken till hungriga köpare. Det var inte lite korv som passerade revy under eftermiddagen - fyra stycken till en kund var inget ovanligt.

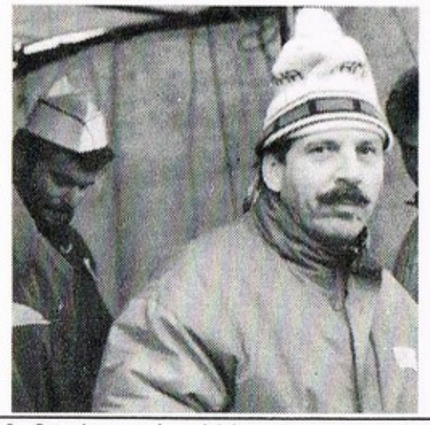
Något mer som det var åtgång på i vår kiosk var senap... just det - SENAP!!! Ja, inte så att vi sålde hela flaskor, men förvånansvärt många ville ha "Bara senap", "mycket senap". En tävlande(av klädseln och lerigheten gick det lätt att se vilka som var tävlande och vilka som utgjorde publiken) påstod att man fick energi av senap. Inte vet jag - men åt gick det!

Det var full rulle mer eller mindre hela tiden. Ibland var det bara ett fåtal personer i kö och då tänkte jag ; "Nu passar jag på att ta mig en fikapaus". Sagt och gjort - kaffemuggen i ena handen och något tilltugg i andra, och vips var där genast fem-sex stycken till i kön och man fick sätta undan sin kaffemugg. När nästa tillfälle kom var kaffet iskallt.

Har ni förresten gått på kurs för att sälja korv? Inte! ... Det har jag gjort! Jag fick nämligen en snabblektion i hur man säljer denna folkkära vara.Det hela började med en beställning , vilken snabbt utfärdades och levererades. Då säger kunden: "Det blir nog bakläxa på det här!" - "Vad nu då?" Jo, ni vet alla hur en varm korv ser ut - lätt böjd - så här ungefär:

Nu var det så, att denna korv hade råkat hamna så att säga på mage i stället för, som brukligt är, på rygg. Kunden menade på att det påsprutade ovanpå på det här sättet skulle åka av och hamn på kostymen. Visst! Kunden har ju alltid rätt,så vi vände korven om - och på med ny senap på "rätt" sida.

Men vem har tid att stå och se till att korvarna ligger på rygg, när det gäller att portionera ut till hungriga kunder så fort som möjligt. Då får man nog räkna med ett och annat magplask ibland. Ska han (kunden alltså) förresten säga, som slänger blommor,grönsaker och korvar till sina gäster litet hur som helst... ja, ni har väl redan räknat ut vem nämnde kund var?



Känd fysionomi gillande ryggsimmande korvar med lera. I bakgrunden skymtar Micke Nordin, leg.korvförsäljare.

Avslutningsvis ska jag summera min Endurodebut: Ja, Enduron som tävling vet jag inte ett dugg mer om än tidigare - och vem som vann fick jag läsa om i tidningarna, men vad gör det? Det var ju inte därför jag var där, utan för att hjälpa till med försäljningen - och det var faktiskt roligt även om det blev litet kallt om fingrarna på slutet.Enduro för mig är numera tre saker: LERA KORV OCH SENAP!

GUN NORDIN

ORDNA KÖN!

Allhelgonadagen 1987,en underbar höstdag med strålande sol från en klarblå himmel och ett par plusgrader. Nog hade vi tur med vädret denna dag,när den stora Endurotävlingen gick av stapeln på Tofta skjutfält. En fantastisk tävling med nära 1200 förare i motionsheatet och 40 förare i elitheatet,där segraren kunde inkassera 100000 kr.Publiken kom i tusental, hur många tusen vet väl ingen riktigt (Svaide borde väl veta? Red:s anm.). De fick uppleva en spännande, härlig, sumpig och underhållande dag. Att dagen blev lång och de tävlande och publiken blev hungriga det märktes nog, för vi tror inte att många av våra VOK-funktionärer hade någon aning om varken väder eller tävling.

Det var alltså dagen då många av VOK:s medlemmar var sysselsatta med att bl a sälja korv och servera pytt-i-panna . Efter långt planerande och många samman-träden såg allting ut att fungera ganska bra. Här är några data:

*** Ca 110 VOK-funktionärer var igång, en del även under torsdag, fredag och söndag.

*** Mattältet restes snabbt med hjälp av bergborrare.

*** VOK:s gröna vagn byggdes om till en fin liten kiosk.

*** VOK:s gamla startkur kom på plats i starten. Alla bultar fanns!

*** 5 st lottastånd restes under torsdagen, ett av misstag, som senare visade sig bli ett mycket lyckat misstag.

*** 2000 smörgåsar breddes och plastades in på Södervärn. Lite för många visade det sig.

*** 250 liter kaffe kokades och såldes.

*** 4800 korvar såldes!

*** 1/2 ton pyttipanna värmdes på Södervärn och serverades i mattältet.

*** En extra bilburen kiosk kom snabbt på plats vid det omtalade sumphålet.

*** 550 st kexchoklad såldes.

*** Läsk för ca 15000 kr såldes likaså.

När man ser listan kan man lätt förstå vad alla VOK-are var sysselsatta med . Många drömde nog om korv och pyttipanna natten efter.

Allt detta arbete ledde till ett bra tillskott till klubbkassan.

Tack alla VOK-are som på något sätt var med och hjälpte till med Enduro-serveringen. Vi är mycket glada över att alla ställde upp så fantastiskt. Vi hade inte kunnat genomföra det hela om vi inte hade fått så god hjälp.

Den 5 november 1988 är det förmodligen dags igen för mera KORV, GODIS och PYTT I PANNA!

Väl mött då, önskar 1987 års arbetsgrupp för Enduroservingen:

NISSE H TOMMIE O ULLA D

PYTT I TOFTA

- Två propra ynglingar,uppklädda efter avslutat lopp, beställde pyttipanna. Serveringen gjorde stora ögon,när de kavlade upp ärmarna för att börja äta. Det visade sig att renheten bara satt utanpå. Strejkade duscharna?

- Två leriga gossar kom direkt från sumphålet och ville ha mat. Det var svårt att se vilket som var fram eller bak - det såg man först när de började äta!

- Med fulla kaffekantiner i skuffen körde Mankan terräng i Toftaskogen . En av kantinernas gummipackningar låg på marken i ett av försäljningsstånden. Så när billuckan öppnades,kunde Mankan servera kaffet direkt på vägen!

- Efter väl genomfört motionslopp,öppnade två ynglingar luckan på sin bil och började sälja fika med tilltugg. Först efter tredje tillsägelsen av B-C Larsson gav de sig av!Visade du bricka, B-C?

nya

JUBILEUM MED TRIATHLON

Skidsektionens sedvanliga läger på hösten reducerades i år till ett läger o. med det ett dubbeljubileum: 10 år och det 20:e lägret. Hela tiden har jag haft nöjet att vara lägerchef och kan ståta med att vara den ende som varit med på alla läger. Britt, min fru, har varit min högra hand och matmamma på alla läger, utom ett!

Idén med Fårö-läger föddes 1977 och på hösten samma år hade vi ett läger med 35 deltagare. Maten tog vi från Fårösunds hotell i kantiner från KA3. Utspisningen skedde i sommarrestaurangen på Sudersand. Så pågick det hela några år till dess att etablisemanget fick en ny arrendator, som inte ville hyra ut åt oss.

Men det hela löste sig, vi fick hyra Lambgiftet och det var ju toppen. Där fixade vi all mat själva. Men det fick också ett slut. Ny ägare och nobben för oss. Vad göra? Det blev självhushåll i stugorna, och det går ju det också, även om man ibland undrar hur ungdomarna sköter mathushållningen inför dom krävande träningspassen. Gemensamt för alla läger har varit den fina lägerandan, kamratskapet, träningsviljan, matlusten och saftdrickandet.

Hur många liter vätska jag placerat ut under dom 10 åren vet jag inte, men jag har kört ca 300 mil bara på Fårö - med vätska! Många roliga och vackra minnen har jag från den här lägertiden. Många ungdomar har kommit och gått. Vi minns ju namn som Agge, Danne, Jörgen, HåkanP Jocke, Örjan, Jonas, Camilla, Anette, Lena, Gunilla, Carina m fl. Listan kan göras lång!

Tiden går och det 20:e lägret ska organiseras. Hur? Det är ju jubileum!!!! Kan man tänka sig - Lambgiftet byter ägare och namn igen och vi är välkomna att hyra! Toppen av lycka! Jag hade bestämt mig för att lägga av och det här blev ju kronan på verket. Det var med verklig glädje jag hälsade de 45 lägerdeltagarna välkomna till Fårö och Restaurang Strandskogen.

Och då - blev jag avbruten av Ulla och Sven som överlämnade ett förkläde i skinn med inskription som ett tack från skidsektionen. Gissa om jag blev överraskad? Vilket minne!

Träningslägret, jubileet till ära, var upplagt på ett annat sätt än tidigare. Söndagen upptogs av en Fårö-Mara i form av ett TRIATHLON. Tack Tommie för idén och genomförandet! Deltagarna över 15 år cyklade från Broa till Sudersand, bytte där till rullskidor och avslutade med orientering. Tillsammmans blev det 42 km. De yngre deltog också, men med kortare sträckor och kanske ännu större frenesi. En verkligt rolig träningsform med vissa inslag av tävling.

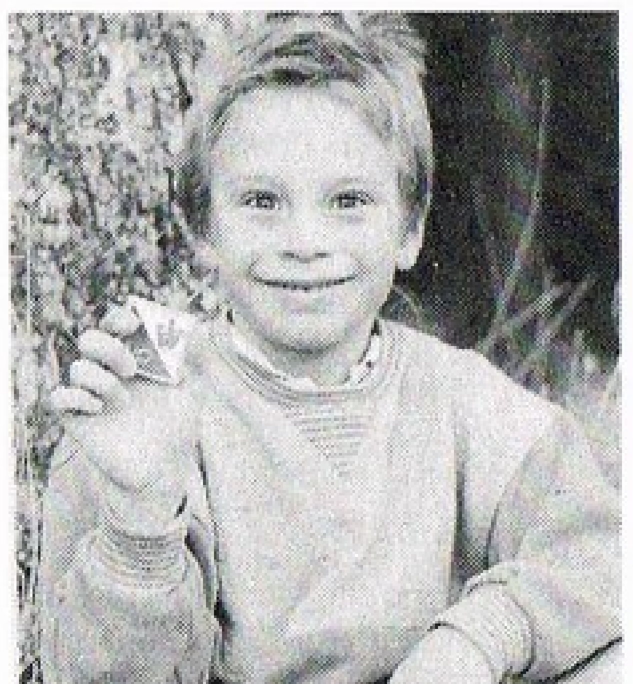
Så var även det 20:e lägret avslutat. Tack alla ni som hjälpt till, ingen nämnd och ingen glömd. Tack för alla roliga och trivsamma stunder vi haft, för allt jobb och slit!

Och jag som tänkt lägga av!

U N O
F.d. (?) lägerchef

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

INTERJUN



ERIK LINDBERG heter en pigg 7-åring i Västerhejde skolas klass 1. Han är så pigg i skidspåren att han redan haft stora framgångar, trots att det inte funnits någon klass för honom, utan fått tävla mot 9-åringar.

Han var, tillsammans med brorsan Johan och övriga familjen på Fårölägret och stortrivdes. "Synd att jag inte hade min mini-cykel med då", sa han, "då hade jag kunnat vara med i Triathlon. Nu blev det bara rullskidor och löpning. Men kul var det!"

SKIDSKOLA

Även i vinter blir det skidskola vid VOK-stugan på lördagsförmiddagarna. Beräknad start är den 9 JANUARI 1988. Målsättningen är framför allt att lära våra yngsta att handskas med skidor, stavar och genom lek/övning lära sig lite av skidåkningens grunder.

Om intresse finns bland föräldrarna, brukar det också bli några lektioner för dem.

Vidare information om tid o s v får ni genom att läsa tidningarnas "Klubbnotiser" (vi ska försöka få in skidskolnotiser i torsdagstidningarna).

Väl mött vid VOK-stugan, hälsar

KALLE ANKA
SKIDSEKTIONEN

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

ÖVER EN ORIENTERINGSMÄSTARE

av Einar Malm

Han sprang i skogarna på hårda sulor,
och skrämde rävarna i deras kulor.

Med glosögd blick på karta och kompass,
klafsade han i träsk och knäckte vass.

Revs hundraårig mossa bort inunder
från berget - äsch, här gäller det
sekunder.

Han rann liksom en rem. Nu är det slut.
Han fick ej veta hur en skog ser ut.

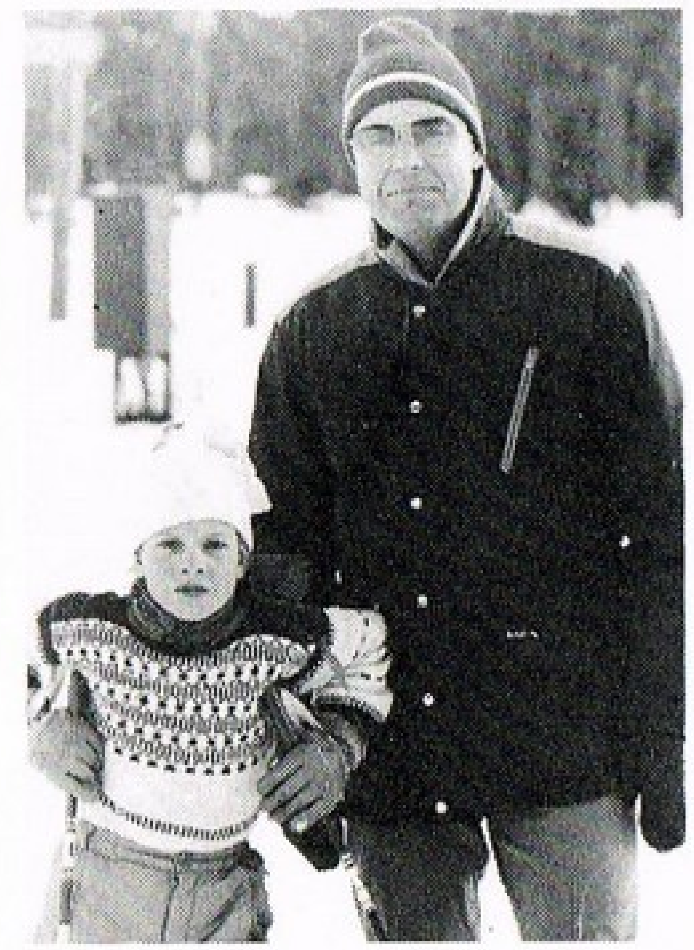
(Ur en lärobok i SVENSKA på grundskolan)

Den här artikeln fick inte plats i vårnumret av SVETBLADET, men har inte förlorat aktualitet ändå - snart är det skidskoledags igen! Eller hur Tommy, Kenny och Sara?

TVÅ AV 100?

En av årets många skidskoleungdomar är KENNY CRONHAMN, 8 år på det nionde. Han är med för första gången i skidskolan - och det lär inte bli den sista. För det här det var kul det! Ledare i hans grupp är Tobias Spång och det är speciellt roligt med en så ung tränare.

En som också gillar det här är pappa TOMMY CRONHAMN, som på det här sättet också tagit chansen att "klämma lagg" på lärdagarna. Oftast har hela familjen varit med ute, eftersom syrran SARA, 12 år också varit med i skidskolan. Tommy, som normalt skaffar sig kondition genom att varje dag knalla innerstaden runt utdelandes post, hade före intervjun varit ute på hyrda skidor och åkt 9 km. Han har annars inte stått på skidor sedan han var liten grabb, och tyckte det var toppenroligt! Men det kommer nog att kännas i ljumskarna i morgon...



Cronhamns är inte medlemmar i VOK, men funderar på att gå med nu. "Om inte annat för att vara solidarisk med klubben som ställer upp för våra ungdomar på ett så fantastiskt fint sätt", säger Tommy. Tänk om alla resonerade så - då skulle inte medlemsutvecklingen på ungdomssidan vara negativ, som den var 1986!

ALLA FÖRÄLDRAR TILL SKIDSKOLEBARNEN SOM FÅR SVETTBLADET FÖR FÖRSTA GÅNGEN! GÅ MED I VISBORGS OK - VOK BEHÖVER DI nya

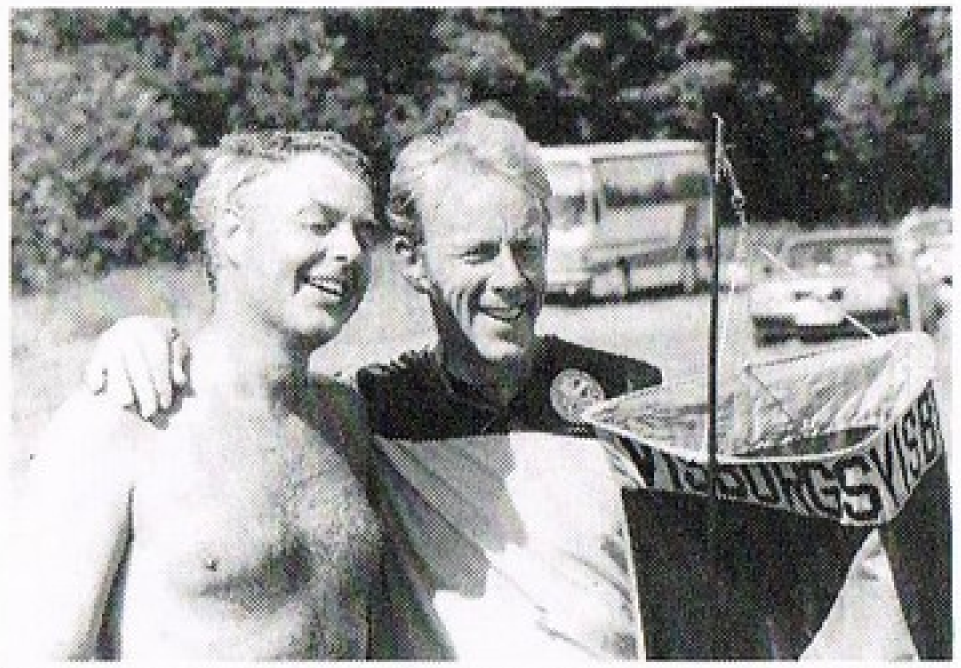
BJÖRN

VOK-CUPEN

GRATTIS NISSE! Det var ett stort misstag att välja in dig i cup-gänget! Du vann ju redan första året! Mycket god tvåa blev Göte, med seger i 3-dagars o. i Höstträffen.

Vi måste nog fundera över om vi skall fortsätta i H40A. Banorna är där ibland lite väl långa för somliga av oss. Ska vi få flera med i gänget måste vi kanske kämpa på en lägre nivå. (Skulle det vara H45A det, frågar sig redaktör BF)

Nytt för året är brytkassan. Där får vi betala 20 kronor om vi inte hittar rätta vägen hem. De pengarna skall vi sedan få "äta upp" (i dubbel bemärkelse).



Det här är orientering i ett nötskal! Hård kamp i skogen, där ingen pardon ges - solig gemenskap efteråt, där man berömmer varandras vägval! Göte Dahlström och Nils Hallgren strålar i kapp. Undrar vem som vann den matchen?

1. Nils Hallgren, 66 p
2. Göte Dahlberg, 62 p
3. Per-Ulf Dahlström, 53 p
4. Gunnar Alvaeus, 49 p
   B-C Larsson, 49 p
6. Sven Persson, 47 p
7. Göran Lindström, 44 p
8. Mats Dahlström, 42 p
9. Sture Karlsson, 35 p
10. Erland de Flon, 34 p
11. Olof Berglund, 33 p
12. Göran Fredriksson, 30 p
13. Hasse Matthing, 20 p

BRYTKASSAN: ("BRYTKLASSEN?")

Per-Ulf Dahlström, Hasse Matthing 40 kr Gunnar Alvaeus, Mats Dahlström, Göte Dahlberg, Sture Karlsson och B-C Larsson 20 kr vardera = 180 kronor !

CUP-SEKRETERAREN
BENGT-CHRISTER L

VAD GÖR FRO?

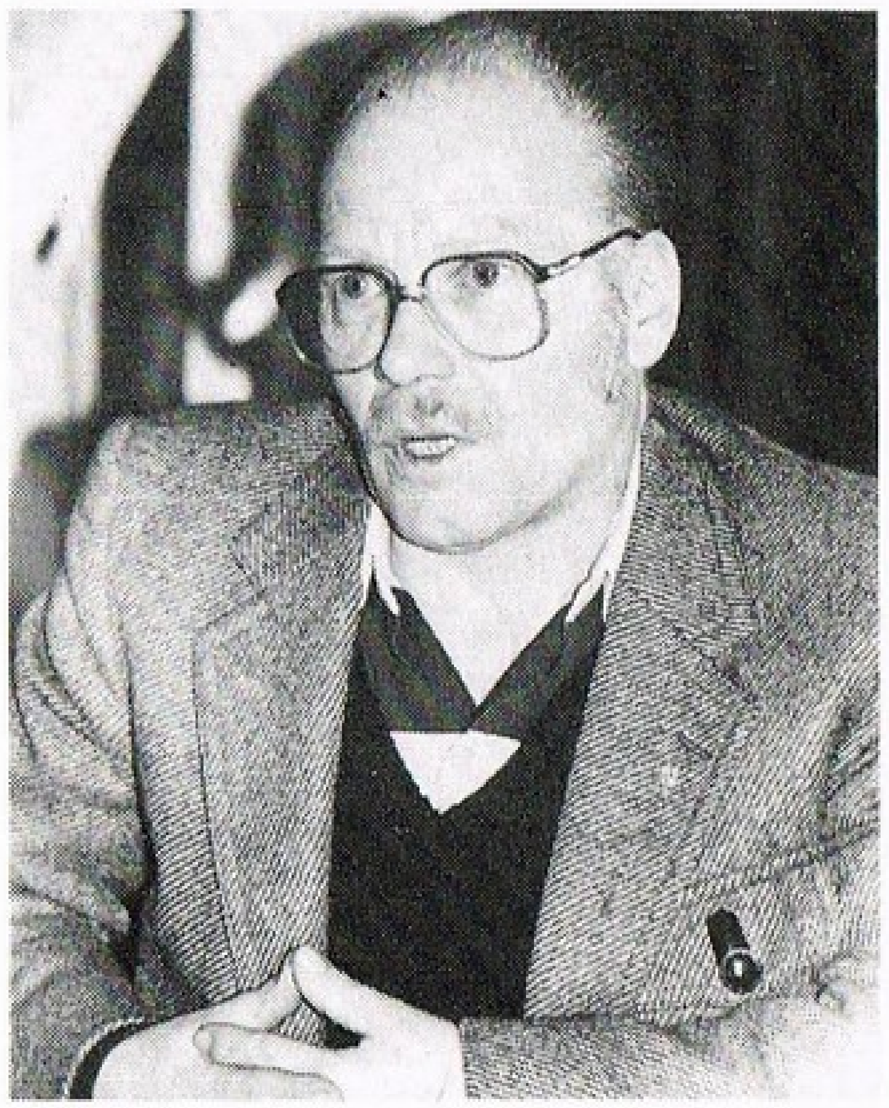
FRO, som står för FRIVILLIGA RADIOORGANISATIONEN, är en av de många frivilligorganisationer, som på ett eller annat sätt är knutna till totalförsvaret. En av FRO:s uppgifter är att utbilda signalister till bl a hemvärnet, civil - försvaret m fl. För att fullgöra dessa uppgifter får vi ekonomiskt stöd.

Men FRO är också en vanlig, civil förening bestående av medlemmar med gemen - samt intresse att förkovra sig ytterligare inom vårt speciella område. Till detta får vi, i likhet med många idrottsföreningar, stödja oss själva.

Ett sätt att för vår del förena nytta med nöje är att hjälpa till vid diverse idrottsliga arrangemang och för detta debiterar vi en symbolisk summa.

Vi har under 1986 haft ca 15 uppdrag , bl a "Visby Marathon", "Gotland Tvärs", Lång-DM och Budkavle-DM i orientering , m m, m m.

Dessa "övningar" ger många gånger en bra realism med sina krav på exakthet vid rapportering av tider och är ett "trevligt sätt att förebereda sig för något otrevligt".



I samarbete med polis har vi också upprättat en plan för bistånd med signalister och material vid eventuell skallgång, katastroftillfällen eller dylikt. Men denna plan tar vi upp i SVETTBLADET vid ett annat tillfälle.

JAN LARSSON

3-dagars torsd. 7—lörd. 9 juli

Arrangör:
Visborgs OK

Plats:
Nyritade kartor
i Tingstäde

Upplysningar
Berith Hallgren
tel. 0498-189 97

Det är dags att blicka fram emot 1988 års 3-Dagars. VOK har denna gång hand om organisatione och genomförandet och pressinformationen fungerar redan fint!

I ett grönt litet brev uppmanas nu alla medlemmar att hjälpa till med spridande av informationen om Gotlandspaketet.

När du åker till fastlandet, privat eller som ledare och/eller tävlande, prata om tävlingarna med alla intreserade och ta gärna med dig några flygblad , info om orientering och om Gotland-Idrottens ö. Åker du till övriga nordiska länder kan du göra samma nytta där!

Material kan hämtas på Gotlandsresor . Ringa gärna och fråga MARGARETA PERSSON, tel 196 43.

Torsdag - lördag 7-9 juli 1988 är det dags för VOK:s 3-Dagars. Tävlingsledare är GÖRAN LINDSTRÖM (tel 175 19 bost eller 692 26 arb) och SVEN PERSSON (tel 196 34 bost eller 609 11 arb) och de är i full gång med att skaffa funktionärer. De flesta är redan utsedda, men vi väntar med listan till nästa nummer av SVETTBLADET.

Under vintern kommer studiecirklar att genomföras. På dessa kommer man att studera hur det går till att genomföra en stortävling på ett tillfredsställ - ande sätt.

Har du inte någon uppgift ännu. så är tävlingsledningen mer än lycklig om du hör av dig till dem snarast. Alla kommer att behövas!

◊◊◊

VAD ÄR VOK?

Det lär finnas tre slags klubbar:

1. De som får saker och ting att hända.
2. De som ser saker hända.
3. De som undrar: Vad hände?

Vilken av de tre tillhör VOK? Något att ta upp på ett klubbmöte , kanske?

HASSE M

KULTUR-VOK

3-Dagars kommer att gå på två nyritade kartor i Tingstädeområdet. Kartorna berör fyra socknar, nämligen Lärbro, Othem, Hangvar och Tingstäde. Här finns många intressanta platser att berätta om.

Tingstäde träsk med bulverket är något unikt i vårt land. Bulverket är en forntida sjöfästning som vid lågvatten kommer upp i vattenbrynet. Det är en pålby, omgiven av en tät mur av palissader. Anläggningen är en kvadrat med 175 meter långa sidor. Man beräknar antalet stockar i palissaden till nära 15000 och det tros ha krävts omkring 100000 dagsverken att färdigställa bulverket. Tidsbestämningen är gjord till början av 1100-talet eller slutet av Vikingatiden.

Tingstäde är en gammal militärort. Här finns Tingstäde fästning, ett nu nedlagt fort. Denna underjordiska anläggning började byggas 1903 som skydd för militära centralförråd. Fästningen blev färdig i slutet av första världskriget. Den rustades upp för några år sedan och är nu i gott skick och ur historisk synpunkt intressant.

På var sida om tävlingsområdet finns en ödekyrka. På vägen Tingstäde-Ireviken ligger Elinghems kyrkoruin. Den gömmer sig i en löväng, men stanna gärna till och gå in. Inne i kyrkan finns ännu högaltaret och dopfunten kvar.

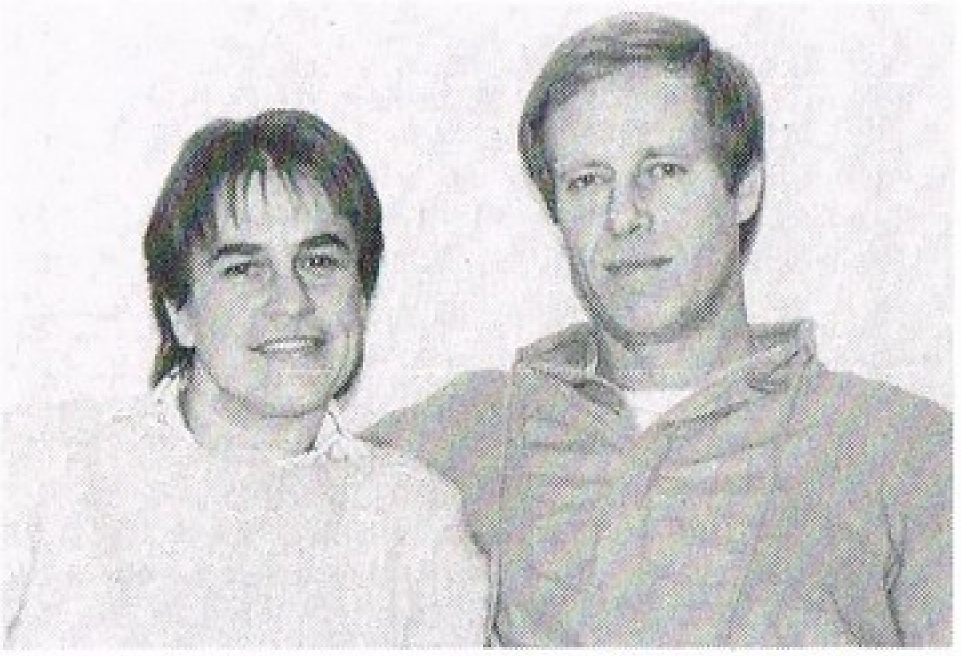
Ganns ödekyrka ligger vid vägen Othem-Hangvar, men nås lättast från Lärbro . Ganns kyrka tros ha varit annexförsamling till Lärbro under den katolska tiden. Båda kyrkorna tros ha övergivits efter reformationen.

Nära Ganns ödekyrka ligger Hångers källa, den vackra plats där Israel Kolmodin diktade den välkända psalmen "Den blomstertid nu kommer".

Nedanför kyrkbacken vid Tingstäde - ån ligger Nystu gård. Här föddes Christoffer Polhem år 1661. Tingstäde kyrka är en romansk kyrka från början av 1200 - talet. Det höga tornet, som syns långt ute till havs, är däremot från talet. (Ur "3-Dagars-information")

nya

VOK-FAMILJEN ALVAEUS



Höstmörkret sänker sig. Vi går mot Lucia. Orienteringssäsongen är slut och vi börjar så smått längta after vinter och snö. Det blir en paus mellan sommar- och vinteridrotterna för en del - men inte för alla!

Hos familjen ALVAEUS är det högsäsong. Mamma ANITA går igenom lagret av skidoveraller och reflexvästar för att veta var de finns inför höstens och vinterns behov. Det är hon som står för utlåning av klubbens skidkläder , och som håller reda på vem som har lånat vad, och att byte till större storlekar fungerar.

Pappa GUNNAR är träningsansvarig i VOKs skidsektion. Han har redan börjat träningen med VOK-ungdomarna i väntan på snön, och går och funderar på olika idéer kring träningen, som kan vara både bra och roliga.Långmarscher kanske?

I familjen finns också två tonåringar, NIKLAS och LOTTA, Niklas är känd för de flesta i VOK som årets H14-kille i orientering, men Lotta... Vem är hon?

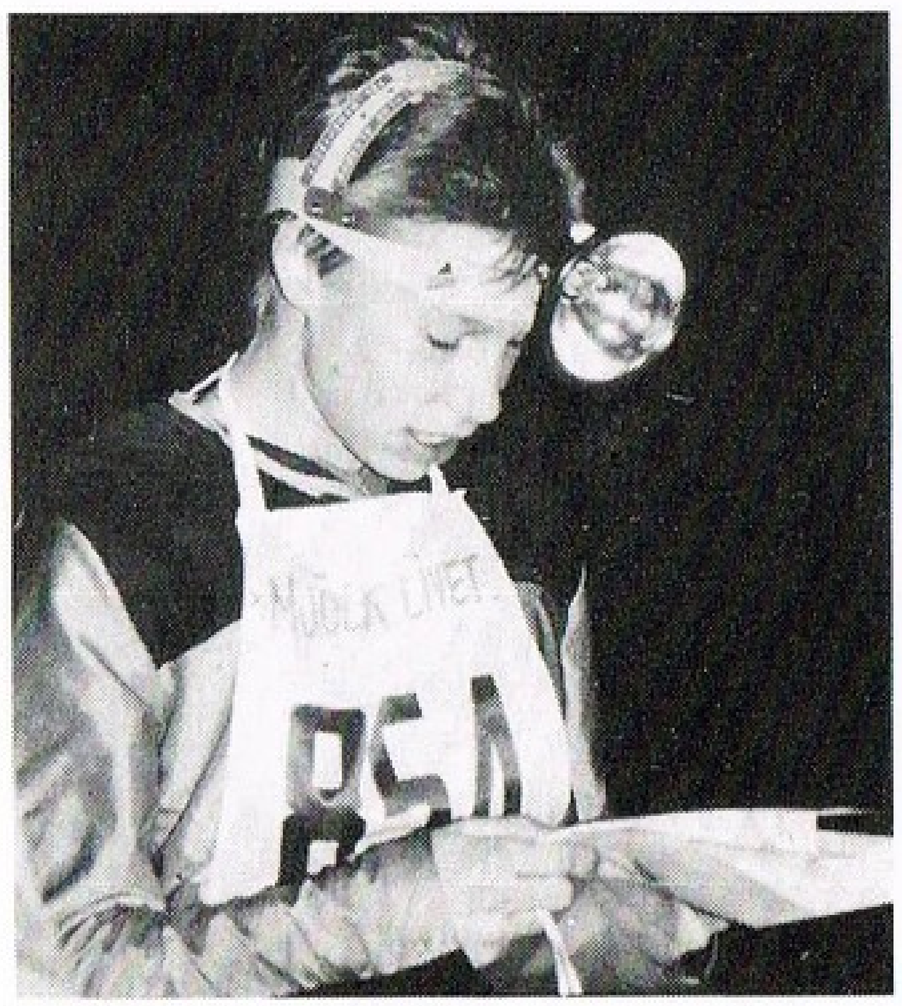
Jo, en 17-årig tjej som just nu pluggar hårt på NT-linjen och som inte alls delar övriga familjens intresse. Hon åker helst till Rävhagen på fritiden, och rider eller sköter om sin kanin.Emellanåt kan hon tycka att det är lite trist när övriga familjen ägnar mer tid åt VOK än åt henne.

Anita, som visserligen gärna springer på egen hand, men inte deltar aktivt i tävlingar varken på skidor eller i orientering, väljer därför att då och då stanna hemma. Hon kan också själv känna sig lite utanför, när det bara pratas karta och vägval efter en orientering. Därför tycker hon att VOK:s engagemang kring Endurotävlingen var en injektionsspruta. VOK-arna fick lite annat att prata om!

Lotta var den av barnen som prövade på det mesta, innan hon bestämde sig för ridningen. För Niklas var det tvärtom. Vad Gunnar och Anita än föreslog, blev det nobben från Niklas. Ända tills de föreslog orientering. Det ville han och det fastnade han för. Kanske berodde det till en viss del på att kusinerna Yvonne och Stefan Löfquist var förebilder och att Yvonne blev hans första ledare i orienteringsskolan.

Att det blev just VOK kan vi tacka en Roma-kille för.Det var han som föreslog vår klubb, när Gunnar frågade.

Niklas och Gunnar följs oftast åt till orienteringstävlingarna. Niklas är "outstanding" i H14 och det är sällan någon annan får en chans. De brukar mest få tävla om att bli tvåa. Den tid då pappa får känna sig slagen av sonen har också kommit. Pappa Gunnar berättar att hans egen stora svaghet är att klara första kontrollen. När den väl är funnen brukar de andra inte vålla så stora problem.



En gång föll det sig så, att både han och Niklas letade efter samma första kontroll. Gunnar hittade den först och smög sig triumferande iväg mot nästa , helt säker på att han lämnat Niklas efter sig för gott. Gissa om modet sjönk när han hittade Niklas före sig vid nästa kontroll? Ålderskurvorna hade skurit varandra...

Fastlandsterrängen gillar båda två.Både med och utan snö ger höjdkurvorna den extra krydda i skidåkning och orientering som är svår att hitta här på Gotland.

Femdagars i Linköping (Anitas hemstad) var en rolig upplevelse, trots att Niklas missade grovt sista dagen och slängde bort sin finaste kompass till Polen i rena förtreten. Niklas och Gunnar tältade på antikt vis och tänkte nästan ta inträde för att visa hur man hade det på femdagars förr i tiden. Och discot! Det glömmer aldrig vare sig Gunnar eller Niklas - men de har olika minnen.

Att det är ovant för gotlänningar att orientera på fastlandet är ändå inget emot hur svårt det är att hävda sig på skidor. Däremot går det bra, när de båda sorterna kombineras. Det är inte så många ungdomar som får så bra träning i båda sporterna som de som vintertränar i VOK, tror Niklas. Själv lyckades han komma två och trea i skid-OL i Tibro förra året och han önskar att han får möjlighet att orientera på snö i vinter. Den nya säsongen kommer dessutom också att innehålla skidåkning i Idre och Harsa och 24-timmars motionsåkning med St Olof eller Tandvården, Gunnars och Anitas respektive arbetsplatser.

För denna heltidsarbetande familj blir det till sist efterlängtad semester.En hel veckas utförsåkning på skidor i Österrike - något som hela familjen ser fram emot - även Lotta!

GUNNEL

◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊◊

Orientering är minsann inte bara tävling - åtminstone inte i VOK! Tänk vad roligt man kan ha under ett paraply, medan regnet vräker ned utanför! Här ses Niklas tillsammans med Maria P Olov, Jessica och Anna D.

STUGNYTT

*** Under tiden 1 november-31 december har VOK-stugan en ny vaktmästare på prov. Han heter SÖREN THULIN och är född 1952. Blir provet positivt för alla parter, kommer Sören att anställas fr o m nyåret.

*** 7,5 km-spåret kommer att flyttas en bit för att kunna utnyttja en stor skräphög bakom Follingbo sjukhus . Meningen är att man med hjälp av jordmassor från Vägverket skall utplana skräphögen och få en ny, fin backe mitt i spåret. Pionjärer från P18 kommer att hjälpa till med det arbetet.

*** Markägaren Kjell Svensson skulle vilja att biförbudsskyltar sattes upp vid infarterna till småväg nya runt VOK-stugan. Det buskörs nämligen alldeles för mycket!

PÅ GÅNG! VOK-NOTISER!

I NYA SOFTA SKOR!

Vårt kära SOFT är på alerten värre.Till våren kommer åter nya regler, som påtagligt kommer att både förändra och fördyra för alla de aktiva.

Man har nämligen upptäckt att vissa, speciellt elitistiska OL-löpare använder sig av de nya data-skorna - sådana som i början bara användes av Maratontränande miljonärssöner-och döttrar. Ja just dem! - skorna med inbyggda mätare för antalet steg löparen tagit, tiden han använt och en del andra finesser. När loppet genomförts är det bara att plocka ut sko-disketten och placera den i datorn och all tidräkning är överflödig!

Eftersom man har olika steglängd och det därför blir ganska orättvist på det gamla sättet, räknar man med att även lägga in en steglängdskoefficient för att därigenom kompensera kortastegande OL-löpare. Att det här blir en oerhörd fördel och tidsbesparing för arrangörer i fortsättningen är självklart. Därmed har det smarta SOFT-et tänkt sig att kompensera arrangörerna för den mertidsåtgång som uppkom i samband med införan - det av det nya startsystemet med kontroll-och angivelselappar utanför kartfickan.

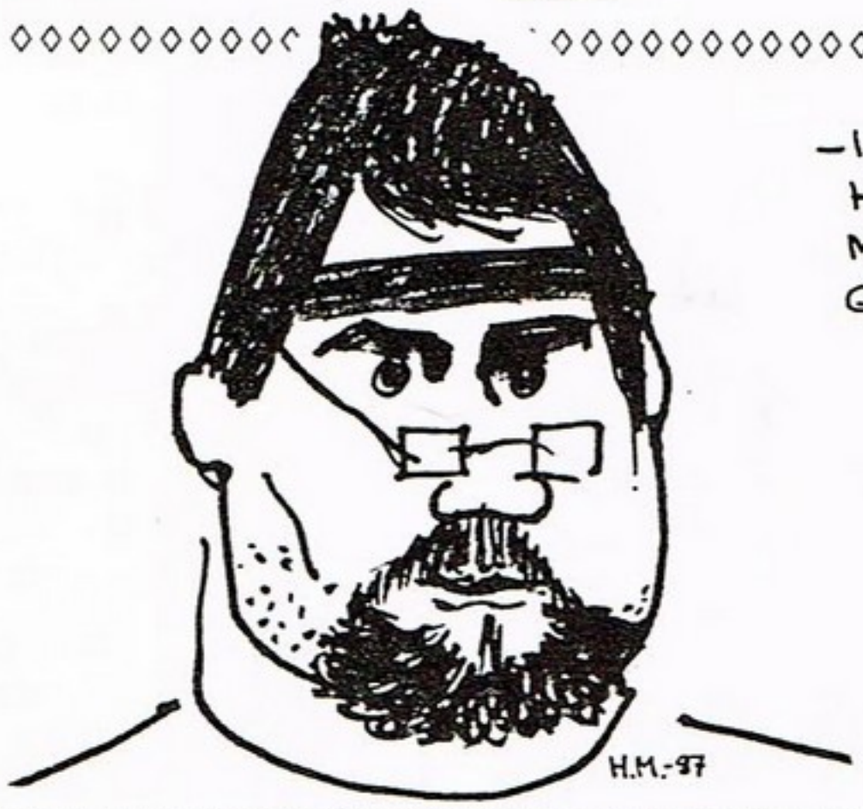
De nya skorna kommer till att börja med att kosta ca 2500 kr, men beräknas bli betydligt billigare när serieproduktion hos SAAB-Data och Apple-Data (och varför inte GUTE-DATA?) kommer igång. Det kan kanske bli en lämplig julklapp för alla orienterare som vill starta efter den 1 april, som är sista dag för att använda den gamla skomodellen. (BF)

HUNDSKIDSPÅR

Ett hundskidspår färdigställs nu inför vintern, i samarbete med Brukshunds - klubben. Längden är ca 6 km (ej kontrollmätt, det sker senare efter färdigställd röjning). Märkningen är inte heller fastställd.

Skyltning om HUNDSPÅR, resp FÖRBUD FÖR HUNDAR I ÖVRIGA SPÅR, kommer att sättas upp. Eventuellt kommer hundspåret att förlänges under kommande år.

Bra va!? UNO



VOK-SHOPEN

******** KOM IHÅG ********
!!!!!!!!

Beställ sommarens OL-tröja senast den 31 januari 1988
Ring Anne, tel 18719 !

SHOPENS VINTERNYHETER FINNS NU I LAGER

Snöskärm - SWIX	45:-
Öronlappar	35:-
Ansiktsluva	30:-
Skidhandskar	100:-
Vindtroser	70:-

Till EXEL-staven finns * reservremmar
* låsbricka

Se i tidningarnas klubbnotiser och i klubbens månadsinformation, när shopen är öppen. Tänkta öppningsdagar i vinter är nu närmast: 11 dec, 2 januari. Vill du veta mera:

RING ANNE L
TEL 18719

nya