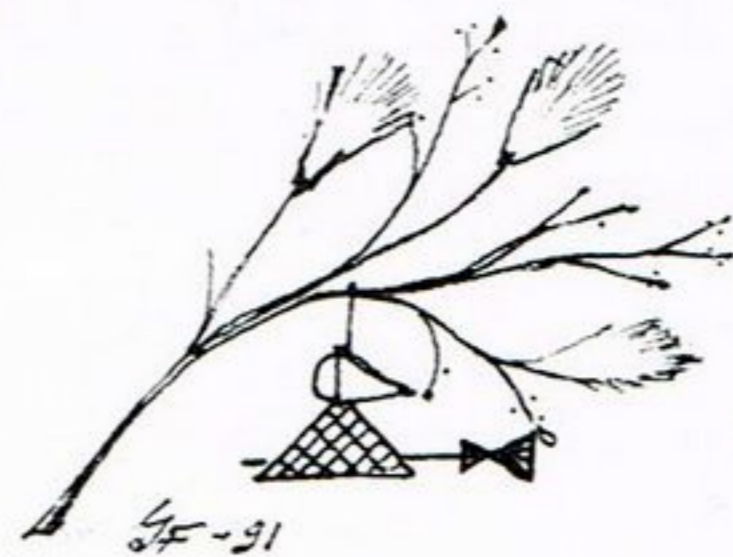


SVETT-

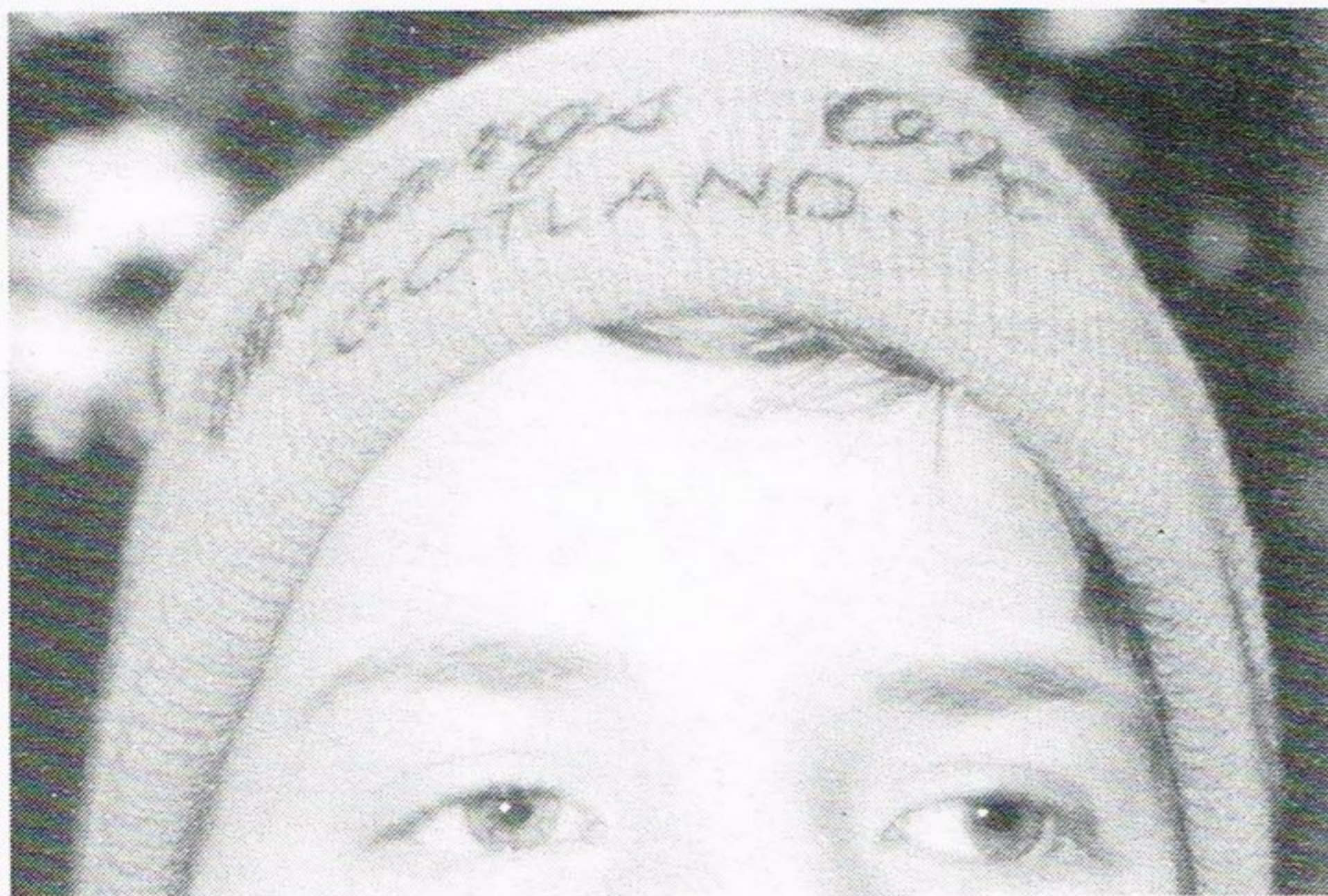


BLADET

UTGIVET AV



VÅREN 1997



Vem döljer sig under den vackert orangefärgade VOK-mössan? Är det manne en av medlemmarna i ungdomskommitténs stora 14-18-års satsning: **"NI SKA BLI ETT HÄRLIGT GÄNG"**? De pigga ögonen utstrålar att **Andreas Karlssons** tröjseger minsann inte ska få förbli en engångsföreteelse ibland VOK-are. Hans seger kommer att inspirera många att satsa för fullt. **VÅRA VOK-ARE VÅGAR VILJA VINNA - VILL VARA VÄRST!** (Foto: **Helge F**)

Mer eller mindre officiellt organ för Visborgs Orienteringsklubb.

Utkommer tre gånger om året, i mars, i augusti och i december.

Upplaga: Cirka 275 ex = 1 ex/VOK-familj

HUVUDREDAKTÖRER:

(OCH ANSVARIGA UTGIVARE)

Familjen Björn och Gunnel Fransson, Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel/Fax: 0498/264568.

REDAKTÖRER:

Kommitteledare och alla som blivit ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ skriver något. Välkomna med bidrag!

MAN KAN -

OM MAN VILL!

Av Bosse Magnusson

Äntligen!

Så började jag min förra krönika i *Svettbladet*. Då gällde det Andreas "tröjvinst". Nu kan vi uttrycka samma för den gångna vinterns fina skidsäsong. Det måste vara första året på länge som t ex alla DM-tävlingar kunde genomföras. Aktiviteten vid VOK-stugan sjöd av liv och lust. Det fanns plats i spåren, men det var ofta kamp om parkeringsplatserna. Vi hade också en skidskola med gott deltagande, där vi förhoppningsvis såg ett antal nya VOK-are.

Om inte annat, så var verksamheten vid stugan en strålande propaganda för friluftsliv, skidåkning och inte minst för Visborgs OK. Jag tycker vi kan konstatera att VOK-stugan försvarat sin plats som "skidcentrum" på ön. Dessvärre tog vintern, eller i varje fall snön, slut fortare än önskat. Vi hann inte med att genomföra de arrangemang som planerats för motionärerna, t ex 12-timmars och VOK-spelen. Vintern har



dock givit mersmak, och redan nu planeras för nästkommande säsong med återupptagande av en gammal VOK-klassiker, "snöläger", någonstans norrut.

Tack alla VOK-are som hyrt ut och vallat skidor i baracken. Tack alla VOK-are som serverat kaffe och saft mm i serveringen och tack alla som hjälpt till med spår och arrangemang.

Årsmötet hölls i år i fd Tingshuset i Allekvie, en spännande byggnad med annorlunda atmosfär. Årsmötet blev en förhållandevis snabbt avklarad historia (rapport från årsmötet - se annan plats i *Svettbladet*). Vi kombinerade årsmötet med en, såvitt jag förstår, mycket uppskattad årsfest. Årsfesten, som av olika skäl inte varit tradition inom VOK, får vi väl eftersträva att återupprepa.

Åter har VOK-stugan varit utsatt för inbrott och skadegörelse. Det känns minst sagt för djä...t, och nu måste vi vidta åtgärder för att förhindra ytterligare inbrott.

Framtiden för VOK finns bl a hos våra ungdomar. I det sammanhanget är det gamla sanningar som gäller. Vi måste engagera fler ledare; vi skall försöka få fler aktiva, vare sig det är som tävlande eller regelbundna motionärer; vi skall ha roligt i klubben.

I samband med årsmötet anpassade vi stadgar och organisation för att finna rätt arbetsformer inom klubben. Ny organisation, eller vad vi kallar olika kommittéer, är så klart inget i sig som förändrar verksamheten, men det bör underlätta att organisationen uppfattas som optimal.

Bo Magnusson

VISBORGS OK STYRELSE OCH KOMMITTÉER 1997

VOK-årsmötet 1997-02-08 innebar en hel del förändringar både vad gäller kommittéernas antal, utseende och bemanning. Anledningen till dessa förändringar kan säkert utläsas i de tankar som ett antal kommitté sammankallande gav uttryck för i *SVETTBLADETS* julnummer 1996.

Så här ser listan över alla de som ska styra och ansvara för VOK:s olika verksamheter under 1997 ut:

STYRELSE

Ordförande: Bo Magnusson tel 276209
Sekreterare: Anki Hallström tel 277672
Kassör: Gurli H-Rondahl tel 213729
V.ordf.: Lars-Göran Nilsson tel 264033
Ledamot: Anders Ohlsson tel 261664

ORIENTERINGSKOMMITTÉ

Kaj Wirén, sammankallande tel 213719
Ulla Dahlström tel 211853
Margareta Persson tel 219634

SKIDKOMMITTÉ

Rolf Pettersson, sammankall. tel 296991
Birgitta Olsson tel 261664
Sven Persson tel 219634

TRÄNINGSKOMMITTÉ

Rolf Malmros, sammankall. tel 218635
Ingrid Danielsson tel 215942
Gunnar Alvaeus tel 219357
Magnus Gadefors tel 278747

UTBILDNINGSKOMMITTÉ

Hasse Mellquist, sammankall. tel 277939
Göran Lindström tel 217519
Stefan Hellström tel 277808

ANLÄGGNINGSKOMMITTÉ

Mats Dahlström, sammankall. tel 211853
Anders Ohlsson tel 271207
Svante Ekvall tel 279142
Anders Ardin (sponsorsansvar) tel 216333

Den här listan över valda ledamöter i VOK kan lämpligen sparas och användas som telefonlista på skrivbordet.

PR/INFO/REKRYTERINGSKOMMITTÉ

Kjell Rosén, sammankall. tel 248485
Louise Hörlin tel 277901
Sam Björk tel 215568
Hasse Matthing tel 212044

MEDLEMS- OCH MOTIONS KOMMITTÉ

Katarina Ohlsson, sammank. tel 271207
Iris Carlsson tel 262064
Yvonne Bengtsson tel 248139
Sven Uddin tel 248542

UNGDOMSKOMMITTÉ

Aina Österdahl, sammank. tel 278971
Lena Nyström tel 36114
Magnus Dahlström tel 219916

REVISORER

Olle Gardell, sammankall. tel 271827
Georg Nilsson tel 264202
Olle Östensson, suppleant tel 219391

VALBEREDNING

Sten Björklund, ordförande tel 261065
Gunnel Fransson tel 264568



Avgående kommittésammankallande **Uno Johnsson** försöker tillsammans med lotteri-projektledare **Berith Hallgren** klura ut vem som vunnit vad i **VOK-lotteriet** nya

NYTT FRÅN STYRELSEN

av Bo Magnusson

Miljöplan

Eftersom orientering är en sport som utövas i naturen är det naturligt att vi orienterare, och alla andra, tar vara på natur och miljö. Styrelsen har beslutat att det förslag till miljöplan som Kjell Rosén på ett mycket ambitiöst sätt tagit fram, skall behandlas i kommittéerna under 1:a halvåret. Förslaget finns tillgängligt vid VOK-stugan och en sammanfattning presenteras i detta nummer av **SVETTBLADET**.

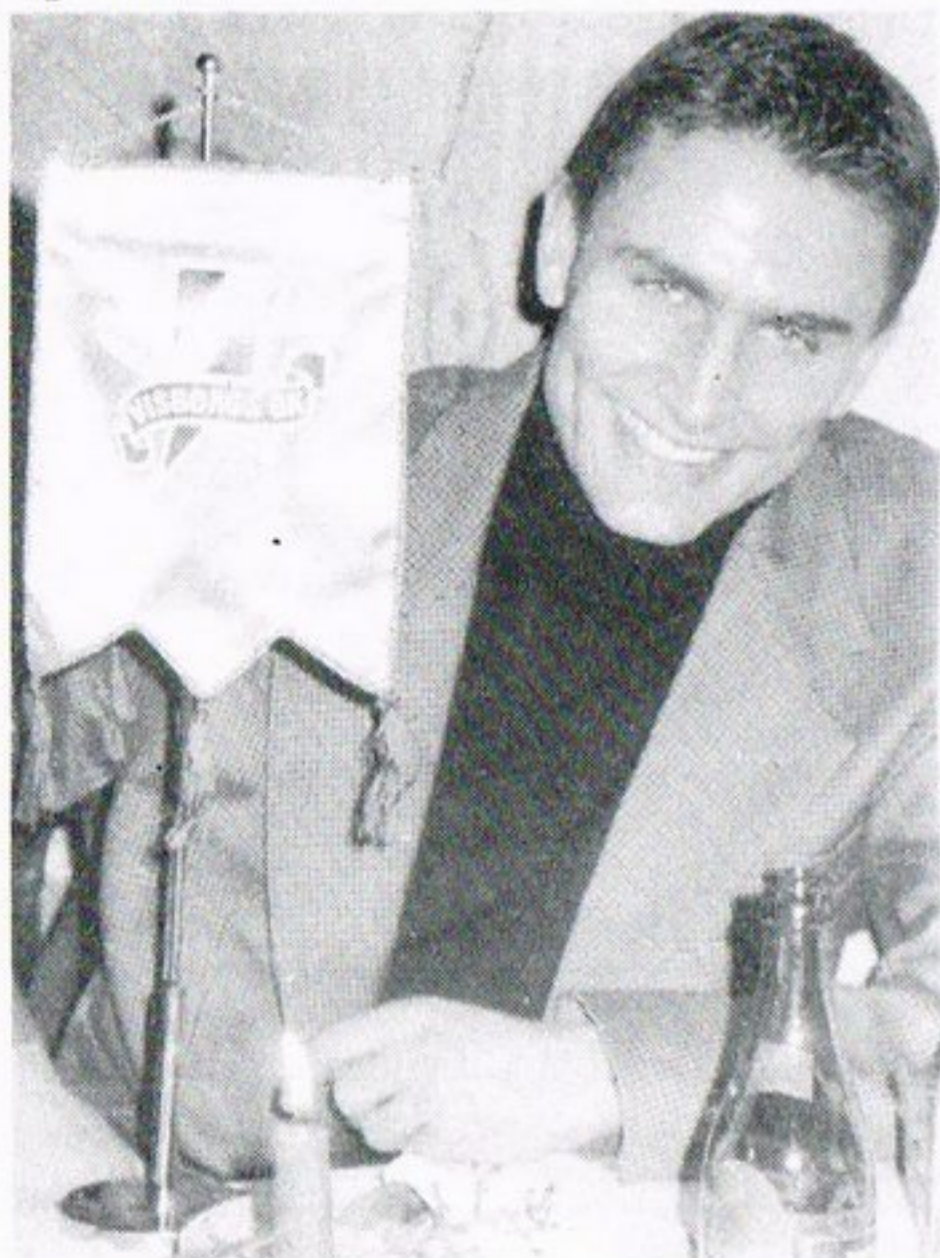
Utmärkelser

I samband med årsmötet utdelades utmärkelser till förtjänta medlemmar. Vi gratulerar:

*** **Robert Gustafsson**, som utsetts till 1996 års bästa ungdomsledare.

*** **Andreas Karlsson**, som fick VOK:s standar för bästa idrottsprestation.

*** **Anna Rondahl** och **Anders Nilsson** har tidigare erhållit 500:- vardera som resestipendium.



4

INFÖR 3-DAGARS

av Ulla Dahlström, tel 211853

och

Gunnar Alvaeus, tel 219357

Skidsäsongen fick ett hastigt slut och orienteringssäsongen står nu och bankar på dörren. Vårt stora projekt denna säsong är ju 3-dagars, som går av stapeln **9-11 juli**, etapp 1 på Hejdebybladet och etapperna 2 och 3 på VOK-bladet. Kartorna är redan färdiga och banläggarna är i full fart med sitt arbete att hitta kluriga kontroller och lägga bra och utslagsgivande banor. Även i övrigt är arbetet i full gång och går nu in i ett intensivare skede.

Många av er har säkert redan blivit kontaktade av någon av huvudfunktionärerna med bön om hjälp, och vi hoppas ni har möjlighet att ställa upp. För er som inte har varit med tidigare, kan jag tala om att det är både roligt och spännande.

En fråga som alltid dyker upp i sådana här sammanhang är: "Får jag springa själv?" Är det så, att man inte är engagerad i tävlingsarbetet får man springa, men bara i öppen klass. Det är ju på våra hemmarker som tävlingarna går, och det vore osportsligt att delta i tävlingsklass. Den kritiken vill vi inte ha!

Vi kommer i år att ta betalt för parkeringen för att kunna kompensera de markägare som upplåter sin mark för detta ändamål. Till detta behöver vi frivilliga barn och ungdomar som inkasserar 5-kronan som det kostar. Hör av er till oss, så skall vi fördela arbetet, så att ni kan springa någon dag i öppen klass också.

Det kommer även denna gång att anordnas en OL-camping vid RU-lägrät (P18) och även där behöver vi frivilliga som ställer upp och håller snyggt. Arbetet där kan ske mycket på eftermiddagarna. Hör av er!

Avslutningsvis hoppas vi nu på ett stort antal tävlande från hela landet. Vi har skickat ut över 800 inbjudningar och många ringer och frågar om tävlingen.

ORIENTERINGS- SKOLAN BÖRJAR!

av utbildningskommittén

Äntligen startar orienteringen efter ett långt uppehåll! Vi på orienteringsskolan hälsar er välkomna till ännu en säsong vid VOK-stugan. Som vanligt startar vi klockan 13.00 och beräknar hålla på till cirka 15.00. Så här ser programmet ut:

Lö 5/4 Start av orienteringsskolan (VOK)

Lö 12/4 OL-skola (VOK)

Sö 20/4 Kort-DM (Russvätar)

Lö 26/4 OL-skola (VOK)

Lö 1/5 Vårträffen (MKG)

Lö 3/5 Lillkorpen (anmäles genom skolan)

To-sö 8-11/5 Grupp 3 och 4: OL i Närke

Lö 10/5 Grupp 1 och 2: Ungdomstrollet

Lö 17/5 OL-skola (VOK)

Lö 24/5 OL-skola (VOK)

Lö 31/5 Elevernas våravslutning för ledarna

Lö 14/6 Träskfotboll kl 18.00 (VOK)



5

Lö 28/6 Budkavleträning kl 18.00 (VOK)
On-fr 9-11/7: 3-dagars. Så många barn och föräldrar som möjligt hjälper till. Tala om för oss om ni kan eller inte. Det är viktigt att vi får ett bra arrangemang som ger klubben gott rykte!

Lö 26/7 Löpträning med bad kl 18.00

Lö 9/8 Backträning med bad kl 18.00

Så ser det ut just nu. Vi reserverar oss för förändringar som vi inte råår över. Det ska bli kul att få träffa er igen! Hälsningar från

Hasse och de andra ledarna

NI SKA BLI ETT HÄRLIGT GÄNG!

"14-18-årsgruppen" är arbetsnamnet på det gäng som den nya **ungdomskommittén** ska hårdatsa på från och med nu! Målsättningen är att få igång ett härligt gäng, som tycker det är kul att träna och orientera. Det är glappet mellan OL-skolan och de vuxna som man ska försöka täcka in.

Den 22 mars träffades allihop och blev informerade om VOK:s planering. Meningen är att det ska ges mycket plats för ungdomarnas egna idéer och tankar och det lär vi få läsa mera om i kommande **SVETTBLADET**. Samarbetspartners är OL-skolan, tävlingskommittén och träningskommittén.

Följande fastlandstävlingar vill VOK först och främst satsa på:

* 8-11 maj med tävlingar i Närke

* 29-31 juli med 3-dagars i Östergötland

* 4-5 oktober med Österåkerskavlen

* 11-12 oktober med 25-manna i Stockholm

De som kommer att hjälpa, stötta och uppmuntra det som ska bli ett härligt gäng är: **Magnus Dahlström** (tel 271310), **Aina Österdahl** (tel 278971) och **Lena Nyström** (tel 36114).

En av skidskolans många elever, **SOFIA UDDIN**, poserar inför **SVETTBLADETS** kamera. Du kommer väl att vara med i OL-skolan i vår, Sofia? Start den 4 april **nya**

MELLANSÄSONGS- LÄGER I JANUARI

av Lina Fridblom och My Mattsdotter

"Att åka eller inte åka? det var frågan -
dåligt med snö det var plågan!"

Cirka 25 orienterare och skidåkare med oranga mössor anlände på fredagen kl 19 till VOK-stugan. Efter den seriösa samlingen gav vi oss av, utrustade med skidor och pannlampor ut i de olika skidspåren.

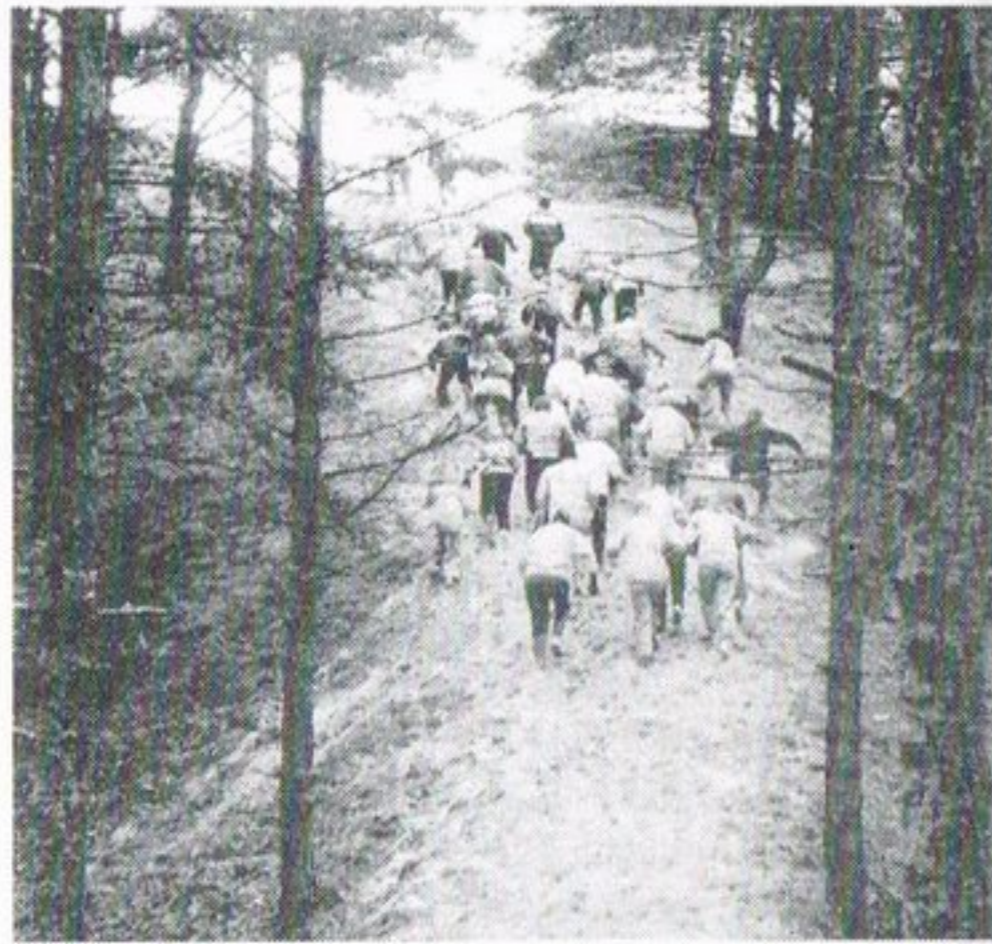
Vid niotiden serverades den efterlängtade kvällsmackan, som vi med drägländande käftar mulade i oss. Midvinternattens köld var hård - det var max +15 grader på undervåningen, när vi skulle sova.

De trogna ledarna **Anders** och **Ingrid** låg och huttrade i sina sovsäckar i köket, medan de stora stygga barnen hade tagit övervåningen i besittning. Kl 23 sov de flesta.

Ett gäng tyranniska sadister (ledarna) drog upp oss på lördagsmorgonen klockan 7. Efter den goda frukosten roade vi oss med kortspel och tjuvtränade **Fia med knuff** tills skidskolan skulle börja.

Idag var det armarnas tur att jobba. "Stakning fram och tillbaka, hit och dit", kommenterade den militäriske **Magnus "Dallen"**. Efter lunchen sattes armarna åter i arbete i skolmästerskap i Fia med

6



Backträning (eller är det bakträning mest?) på **Ulla Hau** under höstens Fårölager. (Foto: **Anneli Andersson**)

knuff. OL-skolans Fiadrottning blev **Elena Österdahl**, som belönades med en påse bananer.

Senare på eftermiddagen var det fria aktiviteter och Anders tvingade alla barn att leka burken. Lägret avslutades med **hamburgerbowling**. "Vad är det då?" undrar ni förstås. Jo, efter en svettig runda på Visby Bowlingscenter serverades det var sin 90-grams hamburgare.

Sedan var det bara att promenera hem med skidorna på axeln och äta upp resten av de bortskänkta bananerna (tur att **Helge F** var sjuk - annars hade han nog **blivit** sjuk! **Redaktörens anmärkning!**). Det hade varit en rolig helg för alla!



Några av VOK:s "påläggskalvar", som just har fått sina orienteringsmärken på Lucia-festen. Skönjer vi en blivande tröjmästarinna bland dessa tjejer, manne?



7

Ungdoms sidorna

Fem i topp

- * Långa nerförsbackar
- * Isiga spår
- * Mycket snö
- * Varm dusch
- * En varm choklad

Fem i botten

- * Branta uppförsbackar
- * Lite snö
- * Tö
- * Brutna stavar
- * Barmark

Tävlingar vi minns under 1996.

2 dagars lång-DM vid Sigvalde träsk

3 dagars

Natt i natta

Helg utan älg

Bysen

Storkorpen

Höstträffen

AV: Ida. Bengtsson & Anna

Idrott för
nyttänkare

Ungdomsredaktörer Helge. F , Markus. B,
Anna.R & Ida. B

ROLF PETTERSSON - EN DEL AV VOK:S KRETSLOPPSPLAN

av Björn Fransson

Arbetslöshet är inte det samma som arbetsbrist! Det finns gott om uppgifter och jobb att utföra, men det som saknas är ofta tid och engagemang. När nu folk inom många branscher friställes och förtidspensioneras gäller det att ta tillvara de oförbrukade krafter som finns. Vissa människor kan på så sätt passa in i VOK:s nya kretsloppsplan (se artikel på annat ställe i **SVETTBLADET**), där det föreslås att så mycket som möjligt återanvändes.

60-ÅRINGAR ÅTERANVÄNDES

En som har både tid, ork och engagemang är nyblivne pensionären och snart 60-åriga **ROLF PETTERSSON**. En sådan kraft måste med det snaraste återanvändas, och det är verkligen återbruk det handlar om i det här fallet. Det är nu snart 10 år sedan Rolf senast fanns med på en ansvarig post i VOK. Vid årsmötet valdes han till sammankallande för den återuppståndna skidkommittén, tillsammans med **Sven Persson** och **Birgitta Ohlsson**. Innan dess hann han också med att återuppstå i styrelsen för **Gotlands Skidförbund**. Så kan det gå, när "man sticker fram hakan" och talar om att man har lust att ta ett tag igen!

ALDRIG SNÖFRITT ÖVERALLT!

Det är ingen tillfällighet att hela den långa frånvaron från VOK:s skidaktiviteter också kännetecknas av bristen på snö, fast Rolf vill inte riktigt hålla med om att det är den enda förklaringen till att han hållit sig borta. "När jag jobbade aktivt som ledare senast, så upplevde jag aldrig att det fanns snöfria vintrar, trots att det nog fanns sådana på den tiden också", säger Rolf. "Vi åkte ju iväg på våra skidläger och skidtävlingar på fastlandet ändå - det var bara på Gotland det inte fanns någon snö!"



Här i VOK:s vallabod tycks han trivas som allra bäst, den återvunne skidentusiasten **Rolf Pettersson!**

Tyvärr gjorde dessa snöfria vintrar att den lilla skaran av hårdatsande ungdomar försvann, och så småningom gick också VOK:s speciella skidkommitté upp i andra kommittéer, som kanske inte hade samma "feeling" för skidsporten. Förra vintern bjöd på en hel del av den vita varan, och plötsligt upptäckte styrelsen att det egentligen inte fanns några planer alls förberedda för en säsong med skidåkning! Inga stugvärdar, ingen skidskola, inget tävlingsprogram...

SLASK I SKIDSPÅREN

Skidförbundet - det var lika med SLASK, något som korrekt uttytt talar mer för alpin skidåkning än åkning på längden! Visst fanns det även längdskidåkare i dess styrelse, men de var sällsynta t o m på styrelsemötena...

Nu vill Rolf göra en sorts återgång till det gamla konceptet, som han tyckte var bra. Han har åter ställt upp som ungdomsansvarig inom Skidförbundet, vilket betyder att han planerar för speciella skidläger till kommande jul-nyår. Blir det som han vill, så blir det åter **Harsa**, det gamla succéstället i Hälsingland, för alla Gotlands skidsatsande ungdomar. Dessutom vill han ha tillbaka Fårö-lägre i den gamla stilen, d v s med träning speciellt utformad för skidåkare. Andra angelägna aktiviteter att få igång är gymnastik och styrketräning inomhus och rullskidåkning utomhus, under mörka höst- och vinterkvällar, innan snön kommer.

VIDEOFILMADE VOK-ARE

Rolf har kvar en hel del videos från de gamla lägren i Harsa, Funäsdalen, Bruksvallarna, Grönklitt, där man kan studera hur det gick till på den tiden! Han kn t o m visa upp tjocka pärmar med alla träningsresultat. Ja, er redaktör kunde läsa ut hur många kilometer han åkte i Grönklitt 1989 - och minsann fanns inte också antalet "rovor" noterade!

En del av Rolfs drömmar har redan gått i uppfyllelse under den gångna vintern. Alla planerade DM och KM har kunnat avverkas, och på det kommande skidtinget i april kan man sålunda dela ut alla de plaketter man tänkt sig. Dessutom har aktiviteten varit stor i skidskolan med ett stort antal tränande ungdomar, som också deltagit i de tävlingar som varit. Det beslut, som OL-skoleledarna tog om att inte ta paus under vinterhalvåret, utan försöka hålla igång ungdomarna året runt, har säkert bidragit till den höga aktiviteten.

SKIDSPORTEN GER MIG MYCKET

Rolf har varit ute vid VOK-stugan i stort sett varenda helg, men "svär sig fri" från att ha fungerat som instruktör. Han har mest suttit på snöscotern för att hjälpa till med spåren, som han nöjt konstaterar har skötts på ett helt igenom perfekt sätt av alla inblandade. "VOK har blivit något slags skidornas högborg på Gotland! Det är hit gotlänningarna åker om de vill ha en fin familjehelg med fina spår!"

Han har inte åkt särskilt mycket själv i vinter, men det grundmurade intresset för själva skidåkningens fröjder kom när han flyttade till fastlandet i sin ungdom. 1961 höll han till i Huddinges skidklubb och det blev många träningsmil i deras spår. Det har blivit ett antal Vasalopp under de aktiva åren också. Senast åkte han tillsammans med sonen **Håkan** 1987.

"Skidsporten har givit mig så mycket under årens lopp och det känns naturligt att betala tillbaka på det här sättet!", säger Rolf, och vill den närmaste tiden försöka jobba i styrelsen anda, trots att han egentligen gillar det gamla systemet bättre. Sålunda kommer den nya skidkommittén, bestående av honom själv, **Sven Persson** och **Birgitta Ohlsson** snart att träffa utvalda från utbildningskommittén, anläggningskommittén och träningskommittén för att gå igenom samarbetsformerna för det kommande året.

När det här skrivs den **lördagen den 15 mars** så snöar det och känns lite vintrigt igen. En perfekt dag för att anordna orienteringsträning kombinerad med **skidavslutningen** vid VOK-stugan. Var säker på att Rolf kommer att finnas på plats, som nytänd, återvunnen, men ej förbrukad skidledare. Det känns tryggt för VOK:s skidframtid!

INRINGT:



SKÄRPNING KILLAR!

av Mankan

VOK har ju som bekant kommit till av ett gäng P18-militärer. Första åren var det bara de manliga orienterarna, som visade sig i resultatlistorna. Så småningom kom även några damer - med **EVY** i spetsen - att visa framfötterna.

Läste nu för andra gången i **Skogssport** nr 1/97 om DM-resultaten för -96 att VOK:s tjejer har vunnit sju (7) stycken DM-tecken mot bara fem (5) för killarna. Ska tjejerna verkligen helt få övertaget eller ska killarna återta täten? Det fordras nu hårdare träning och litet mer vilja hos killarna. Det får bara inte hända ett år till att tjejerna är nya VOK! Än en gång: **SKÄRPNING, KILLAR!**

VOK SATSAR PÅ NY TRÄNINGSOVERALL

av Hasse Mellquist

Som det är allom (hoppas jag!) bekant, så kommer föreningen att förnya sin träningsoverall. Overallen kommer att vara i klubbens färger (vit, svart, orange).

Färgerna är lite opraktiska att göra en hel overall av, så vi har tagit hjälp av färgen grå! Grått var ju en av de färger som klubben hade på sin första tävlingsdräkt. Overallen tas fram i två varianter:

- En ofodrad för träning
- En fodrad överdragsmodell för att hålla värmen.

Förberedelserna är så långt gångna att klubben står i begrepp att göra en beställning. Men innan beställningen går iväg, så behöver vi hjälp av klubbens medlemmar. Styrelsen vill att ni som har intresse av den nya overallen fyller i den med **SVETTBLADET** bifogade intresseanmälan till **Hasse Mellquist**.

Fyll i både vilken overallstyp, som ni vill ha, och vilken storlek. Anmälan är inte på något sätt bindande, utan är bara ett medel för att styrelsen skall få en uppfattning om antalet overaller som skall beställas samt hur storlekarna fördelar sig.

Skicka in intresseanmälan till mig så fort som möjligt, så att vi kan beställa i tid till årets 3-dagars. Det vore jättebra om ni kunde lämna er intresseanmälan senast **den 20 april!** Ha en skön vår! säger **Hasse Mel.**

• Visborgs OK 93 659 • 125 762 218 1421 •

ÅTERKOPPLING:

BER OM URSÄKT!

av Björn F

I julnumret av **SVETTBLADET** antydde en anonym skribent saker, som kan tolkas som elaka, om en inte särskilt svåridentifierad VOK-are! Den anonyme skribenten var övertecknad, som härmed uppriktigt ber om ursäkt om någonting i det lilla kåseriet kunde såra någon. Det var verkligen inte meningen!

10 RAPPORT FRÅN ÅRSMÖTET

av Bo Magnusson

Årsmötet vid fd Allekvia tingshus behandlade de sedvanliga årsmötesfrågorna. Klubbens organisation justerades och de valda till olika funktioner framgår av sammanställning på annan plats. Medlemsavgifterna beslutades förbli oförändrade, medan tävlingsavgifterna justerades så de betalas var före sig för orientering resp skidor. Årsmötesprotokoll liksom övriga protokoll finns tillgängliga vid VOK-stugan.

* | Visborgs OK * | 19 | | 11590 * |

FÖRSTÖRDA SPÅR: HUNDAR OCH SKIDSPÅR

av Anders Ardin

Det här läste vi på insändarsidorna i GT och GA i vintras. Problemet verkar bekant på något vis - när vi hade snöiga vintrar senast!

"Nu har vi alla som älskar vinter och skidföre våra bästa dagar. Det har ju varit sparsamt med detta under många år, och under perioder av vintern. När det då kommer någon decimeter av det vita, så startar en febril aktivitet hos entusiasterna med att skotta, platta och dra upp skidspår. Vid VOK-stugan brukar vi skryta med att ha de bästa förutsättningarna för att alla skall få dela vår entusiasm för sporten, men det kostar mycket frivillig möda och stora pengar att hålla den standarden.

Därför blir vi oerhört bestörta och ledsna när vi gång på gång hittar spåren skadade eller förstörda av oförstående personer som promenerar med hundar, går med pulka och även ofta rider i dom. I lördags träffade jag på en person fyra kilometer ut i vårt 7,5 kilometersspår. Han till och med meddelade mig att han varit i så många skidspår att han minsann visste vad han gjorde och gick vidare.

Snälla alla ni andra, kom ut och njut av vår anläggning. Ta även gärna med pulkan och hunden, vi har särskilda spår för detta, men gå inte i våra spår!

MILJÖ-OCH KRETSLOPPSPLAN FÖR VISBORGS OK

av Björn Fransson

Käll Sorterare, han **Kjell Rosén**, ni vet, har tagit på sig uppdraget att skriva ihop en **"Miljö-och kretsloppsplan för VOK"**. Han har gjort en omfattande utredning, som blivit till en omfattande plan, som förhoppningsvis, så småningom, ska genomsyra all verksamhet och omfattas av alla medlemmar i klubben. Kjell är sammankallande i **PR/info/rekryteringskommittén** i VOK.

Som första punkt i planen slår han fast följande:

POLICY

* VOK utövar en för kroppen sund verksamhet. Verksamheten skall även bedrivas, så att den är "sund" för miljön.

* VOK skall förknippas med aktiv miljöhänsyn.

PRINCIPER

* Miljöanpassningen inleds varsamt, så att den inte upplevs alltför betungande. Sedan trappas arbetet successivt upp.

* Så många som möjligt skall göras delaktiga. Styrelsen är ansvarig och beslutar om åtgärder. Varje kommitté skall föreslå, genomföra och rapportera åtgärder.

* "Ekoprogram för Gotland" utgör övergripande mål för miljöverksamheten.

OMVÄRLDSANALYS

VOK bedriver ingen verksamhet som kräver särskilda miljötillstånd, förutom det som är normalt för fastighetsinnehav samt allemansrätt. Som idrottsklubb har VOK ett ansvar att företräda ett sunt leverne och samhälleligt ansvarstagande. Det är naturligt att samarbete med Gotlands Orienteringsförbund, andra orienteringsklubbar samt berörda markägare. Vid särskilda arrangemang (t ex GGN), sker även samarbete med andra föreningar, företag och myndigheter.



På annat ställe i **SVETTBLADET** skriver vi om hur bra det är att återanvända de erfarenheter och det intresse och, framför allt, den tid som våra lite äldre VOK-are har. **IRIS CARLSSON** är ett strålande exempel på detta! Hon går nu in i VOK:s medlems-och motionskommitté och kommer således att även fortsättningsvis bjuda alla tränande VOK-are på goda mackor och glad service. Hennes ålder? "Om damers ålder talar man inte!" (Men att hon fortfarande springer orientering - i klass D70 - får vi väl avslöja?) Heja **IRIS** - sådana som du behövs!

KOMMITTÉANALYSER

I sin analys av klubbens olika kommittéer har han listat kommittéernas ansvarsområden samt på vilket sätt de kan påverka ett antal miljöaspekter. Dessa är:

* Energi *

* Inköp *

* Kunskap (utbildning, info) *

* Transporter *

* Vatten *

* Återvinning *

* Avfall *

* Öppni *

nya

Vi kan som exempel ta tävlingskommittén, som vad gäller **energi** har att tänka på t ex hur uppvärmningen av duschvattnet i skogen går till och hur elverket till strömförsörjningen fungerar. Träningskommittén behöver fundera på sina **transporter**: Hur kan persontransporterna till och från träningar och läger göras mer miljövänliga? Utbildningskommittén har att ta upp ämnet "Fika-sopor" under rubriken **avfall** o s v.

På det här sättet går Kjell igenom alla kommittéers arbetsuppgifter och föreslår vad de ska fundera vidare på i miljöarbetet. Det gör han under rubriken:

ÅTGÄRDER

Vi kan här i **SVETTBLADET** inte redogöra för allt som föreslås, men här finns bland annat förslag på ett antal övergripande åtgärder, som t ex:

Att öka återvinningen, att minska totala mängden avfall, att öka samåknningen, att minska antalet totala fordonskilometer, att öka andelen förnybar energi, att minska den totala energianvändningen, att minska den totala vattenförbrukningen, att öka andelen miljömärkta produkter samt att minska kemikalieanvändningen.

För varje kommitté anges **vad** man skall göra, **när** man skall påbörja det och **när** det skall vara färdigt. Dessutom skall kommittéledamöterna utse **en ansvarig** för att åtgärderna verkligen blir utförda.

"MILJÖSTUK"

En intressant sak är att även de olika projekt som VOK sätter igång med skall in i miljöplanarbetet. Således kommer årets 3-dagars att få ett slags **"miljöstuk"**, liksom VOK:s åtagande vid höstens Endurotävling.

Inget finns angivet om projektet **"Svettbladet"**, men här får nog redaktören ta sig en egen ordentlig funderare. Det går faktiskt åt förskräckliga mängder papper i onödan, när man skriver ut saker på datorn och sedan klipper och klistrar ihop allting. Kanske kan det göras på ett betydligt mera miljövänligt sätt?

VOK-ARE SOM SYNS



RÖR INTE MITT KOPASS!

På tal om att "mula i sig" (se ovan!): Ni har väl läst om att EU numera fordrar **kopass** för Sveriges bönder. När jag läste det första gången, läste jag fel: **"Alla svenska kobönder måste ha kompass, säger EU"**. I Bro OK har man redan infört den regeln, säger en talesman från norrhället. (BF)

HÖGKVALITATIV VOK-ARE!

I ett uttalande i en annons för KPMG Bohlins, säger **Jan-Åke Björklund** så här: **"Hög kvalitet ska vara skälet för att anlita oss. Bästa teamet i varje uppdrag är vår framgångsfaktor!"** Var det månne det som den gode orienteraren (och ännu bättre löparen) Jan-Åke tänkte på, när han valde VOK, efter att ha flyttat till Gotland?

HELT VILSE I PANNKAKAN?

Politikern **Vera Svensson** kom helt vilse i en insändare angående Lantbrukskemiska stationen nyligen. Så här skrev hon: **"Man springer sin snitslade bana, som en orienterare, utan att se ett dugg av terrängen omkring sig"**. Och ändå sitter hon i **Tekniska nämnden**, där även Bro OK:s **Kjell Skalberg** och **Björn Fransson** är ordinarie ledamöter. Dessutom lär Gatuchefen **Kalle Roos**, såsom varande svåger till IK Tjelvars **Jerker Enequist**, ha ett förflutet som orienterare! Vilket lag vi skulle kunna få i årets **Korpentävling**! Nog får du väl plats med Vera Svensson i någon av vårens vuxennybörjargrupper, **Mankan**?

STORFISKARE I VOK!

"Nu har **Sven Larsson** på **Vegagatan** varit i farten igen", skriver Gotlands Tidningar. Den 22 november fångade han en havsöring på drygt sju kilo i Gothem! Med det tog han ledningen i Storfiskeligan! Allsidig icke säsongsträning är modellen för VOK-aren, som väl passade på att reka en eller annan OL-bana samtidigt?

VOK-FAMILJEN RONDAHL

av Björn Fransson

Är man VOK-are verkar det på något sätt naturligt att man någon gång bosätter sig på Vitsippsvägen. Ja, för vissa familjer är det kanske tvärtom: Man blir VOK-are om man hamnar på denna Visbygata i det gamla området Pilhagen. På dörrskylten till det hus **Svettbladets** reporter denna gång sökt sig, står det fortfarande **B. Hörnell**, så det är väl lämpligt att börja detta "hemma-hos-reportage" med att reda ut begreppen!

"B. Hörnell" står det för att Bertil Hörnell med familj bodde där förut. Skylten har säkert fått sitta kvar, eftersom en av innehavarna fortfarande vill stoltsera med det i orienteringskretsar så berömda namnet, det vill säga: **GURLI** har behållit sitt gamla flicknamn och heter nu **HÖRNELL-RONDAHL**. Familjen Rondahl övertog helt enkelt hus och tomt av Hörnells.



TRÖJMÄSTARNAS HUS

Kanske finns det en viss magi i huset, som gör att det frodas **TRÖJMÄSTARE** och **TRÖJMÄSTARINNOR** där! I så fall ligger husets övriga tjejer, **ANNA**, 15 år, och **LISA**, 10 år, bra till. För pappa **JAN** är det nog för sent. Han lade av redan efter allra

första träningsrundan tillsammans med de sina, eftersom han blev förkyld. Ingen har sedan lyckats övertyga honom om att det inte är av vistelsen i skog och mark som man får baciller! Dessutom lär han lida av en gammal idrottsskada, en bra ursäkt att ta till, när man hellre vill sitta hemma och knappa på datorn eller läsa eller lyssna på musik tidiga söndagsmorgnar.

Det är nog inte alldeles lätt att ha sådant påbrå som Rondahls tjejer. Eller om det nu är Hörnells... Det beror vad man vill bli! Pratar man om GT:s "Mästartröjor", så vill det till, om tjejerna ska komma ens i närheten av mamma Gurlis rekord: Hon vann inte mindre än 6 tröjor, varav 5 i rad under åren 1973-77, en rekordsvit som ingen gotländsk dam kommit i närheten av. Innan dess tog mormor **EVY** tre tröjor under åren 1965-67, så nog finns det en hel del att arva! Därmed har **SVETTBLADETS** läsare också fått den rätta lösningen på det tröjproblem som uppstod i samband med **ANDREAS'** triumf. Någon påstod att VOK inte vunnit någon tröja sedan **GERT LUNDQVIST** 1976, men då räknade man bara herrarna, vilket fick Gurli att smått härskna till...

FONDPENNINGVINNARE

Det är annars **ANNA**, som håller ordning på statistiken och årtalen, och det är också hon som har en klar målsättning: **"En tröja vill jag i alla fall vinna - minst!"** Hon har ju börjat karriären bra. I vintras fick hon, tillsammans med **ANDERS NILSSON**, ett nyinstiftat stipendium på 500 kronor var ur **MANKANS JUBILEUMSFOND**. Pengarna ska användas till resor och läger, så de kommer väl till pass. Anna älskar nämligen att åka på OL-läger. Roligast är nog GOF:s 13-16-läger på fastlandet, men hon ställer upp på det mesta som anordnas.

Det här med träning är väl inte precis Annas favoritsysselsättning. "Det tar emot i kvadrat för henne", som pappa Janne säger. "Men hon är bra på att orientera!". Anna tycker att kamratskapen med **nya**iga orienterare i hennes ålder från alla klubbar

och den fina gemenskapen med mamma och mormor, är det som stimulerar henne mest. För övrigt spelar hon också badminton, när andan faller på.

TJEJEN MED SPRING

LISA ät tjejen med mycket spring i benen. Hon har svårt att ens sitta still i soffan! Ridning, basket, redskapsgymna - ja, allt får plats på hennes schema - förutom då skid- och OL-skolan förstås! Det har gått jättebra för henne i vinter och hon har vunnit alla tävlingar. Synd bara att hon inte har några konkurrenter i sin klass - hon skulle säkert ha slått dem också med sådan energi.

Det här med att tillbringa söndagarna i barnpassningen har inte tillhört hennes favoritsysselsättningar, så hon har alltid funnits i VOK-lägret som en slags maskot, tillsammans med bästa kompisarna **ELENA** och **LINNEA**. Hon har alltid följt med mamma och syrran på deras fastlandsresor och särskilt minns hon, när de åkte på 5-dagars i Skåne tillsammans med **AINA**.



14

HÅLL REDA PÅ BARNEN!

Det är inte omöjligt att hon och Elena var upphov till att det kom upp en skylt vid busshållplatserna: **"Håll reda på barnen!"** De råkade nämligen komma lite före de andra i kön, och plötsligt var de alldeles ensamma på i en buss på väg till tävlingsplatsen. Men allt gick bra - och det visar bara en sak: Orientering är fostrande!

Orienteringsbarn lär sig tidigt att ta vara på sig själva! Lisa sprang sin första fastlandstävling i höstas, Österåkerskavlen, men det är förvisso inte den sista. Med så mycket spring i benen och med en av redaktören anad enorm envishet lär VOK få mycket glädje av henne i framtiden!

PAPPA JANNE INGEN IDROTTSTYP

Så säger han i alla fall själv! Detta faktum hindrar dock ingen i familjen att utöva sin favoritsysselsättning. *"Han visste vad han gav sig in på!"*, kommenterar Gurli, *"och när vi behöver honom, så hänger han med på det mesta!"* Fast det här med 5-dagars får nog vara fortsättningsvis - han gillar inte köer och folksamlingar och, som sagt, han har ingen lust att springa själv!

Att vara ingift i en VOK-familj ställer dock speciella krav på omgivningen och det är Janne gärna med på. Han blir automatiskt tillfrågad om han vill vara sekretariatchef, när VOK ska ha tävlingar, och att VOK då får en "datafreak" i sekretariatet sitter inte direkt fel. Fast under 3-dagars i sommar finns det andra som håller på med dataprogrammen. Det är kanske tur det, eftersom Janne är mycket kritisk mot deras utformning: *"Dom är rent ut sagt alldeles för dåliga!"*

Det är säkert en och annan slarver som fått gå tillbaka med oförrättat ärende, efter att ha beklagat sig för honom över sekretariatet och dess behandling av vederbörandes stämpling på startkortet. Han har nämligen inget förbarmande över fuskare och slarvare. Dessutom har han en hel del spydiga kommentarer om orienterarnas sätt att kommentera sina göranden och låtanden

i skogen, som t ex när någon nära i familjen beklagar sig över att ännu en gång ha missat samma stenbumling i VOK-skogen: *"Du blir ju aldrig bättre! - den där stenen har du ju haft massor med gånger förut!"* Han tycker att orienterarna sprider en negativ stämning, när de kommer i mål och sedan sitter och beklagar sig över missarna, något som inte **Gurli** alls håller med om: *"Det det går över sedan man fått förklara sig och fått lite förståelse från omgivningen!"*.

HÄFTIGT OCH MACHO MED OL!

Hon tycker för resten att det är konstigt att det är så svårt att attrahera ungdomar till att börja orientera. *"Orientering är ju häftigt och lite macho! Tänk att få gegga ned sig så mycket man har lust! Varför tänder inte ungarna på det?"* Det intressantaste med OL är utmaningarna under ett lopp och de många alternativ till lösningar på problem som erbjuds, säger Gurli. *"Nu när kartorna har blivit så mycket bättre, så behöver inte slumpen vara någon avgörande faktor"*.

"KÄRINGEN" I FJÄLL-OL

Hon kommer plötsligt på ett gammalt pris, som numera fungerar som bokstöd, men som är ett slags bevis på det hon säger: En fantastiskt fin gammal **"Käring"**, som hon vunnit i en häftig årgång av "Bysen". Det är säkert ett av de mest originella i samlingen. Nu väntar en ny utmaning på sin uppfyllelse: Gurli vill åtminstone en gång under karriären springa fjällorienteringen! Känner vi henne rätt, så blir det nog snart av - det gäller bara att hitta en likasinnad, som vill och kan göra henne sällskap.

Det gäller bara att hinna med och träna också! Hon är nämligen inne på sin andra omgång som kassör i VOK, en ganska naturlig post med tanke på hennes yrke som ekonom och konsult. Dessutom sköter hon och Janne om VOK:s utbud av det stora antal BINGO-lotter, som klubben säljer varje vecka. 25-30 prenumeranter + ett tiotal övriga ska ha sina lotter och det ger ett, inte på minsta sätt, oävet tillskott i VOK-kassan.

VOK ÄR SUNT - ÅRET RUNT!

15



"SPÖADE MAMMA"

Vi lämnar familjen med några tankefrön, som Janne sådde i redaktörens huvudfåra: När Gurli i 17-18-årsåldern, trots att hon bara blev sådär sexa-sjua, för första gången slog mamma Evy i en tävling, stod det ingenting om segraren i klassen i tidningen. Nej, huvudnyheten var: *"Dottern slog sin mamma!"* Jag undrar vem av tjejerna i VOK-familjen som först får den rubriken igen?

VOK-LOTTERIET

Projektledare Berith Hallgren

Tel 21 89 97

Följande har haft tur i VOK-Lotteriets dragningar sedan förra numret:

Januari:

Nr 10 Ingmarie Bergman

Nr 60 Kenneth Björklund

Februari:

Nr 76 Tommie Olsson

Nr 57 Göthe Dahlberg

Mars:

Nr 21 Tobias Spång

Nr 75 Janne Rondahl

nya



VISBORGS OK

Box 1245
621 23 VISBY

B FÖRENINGSG-
BREV

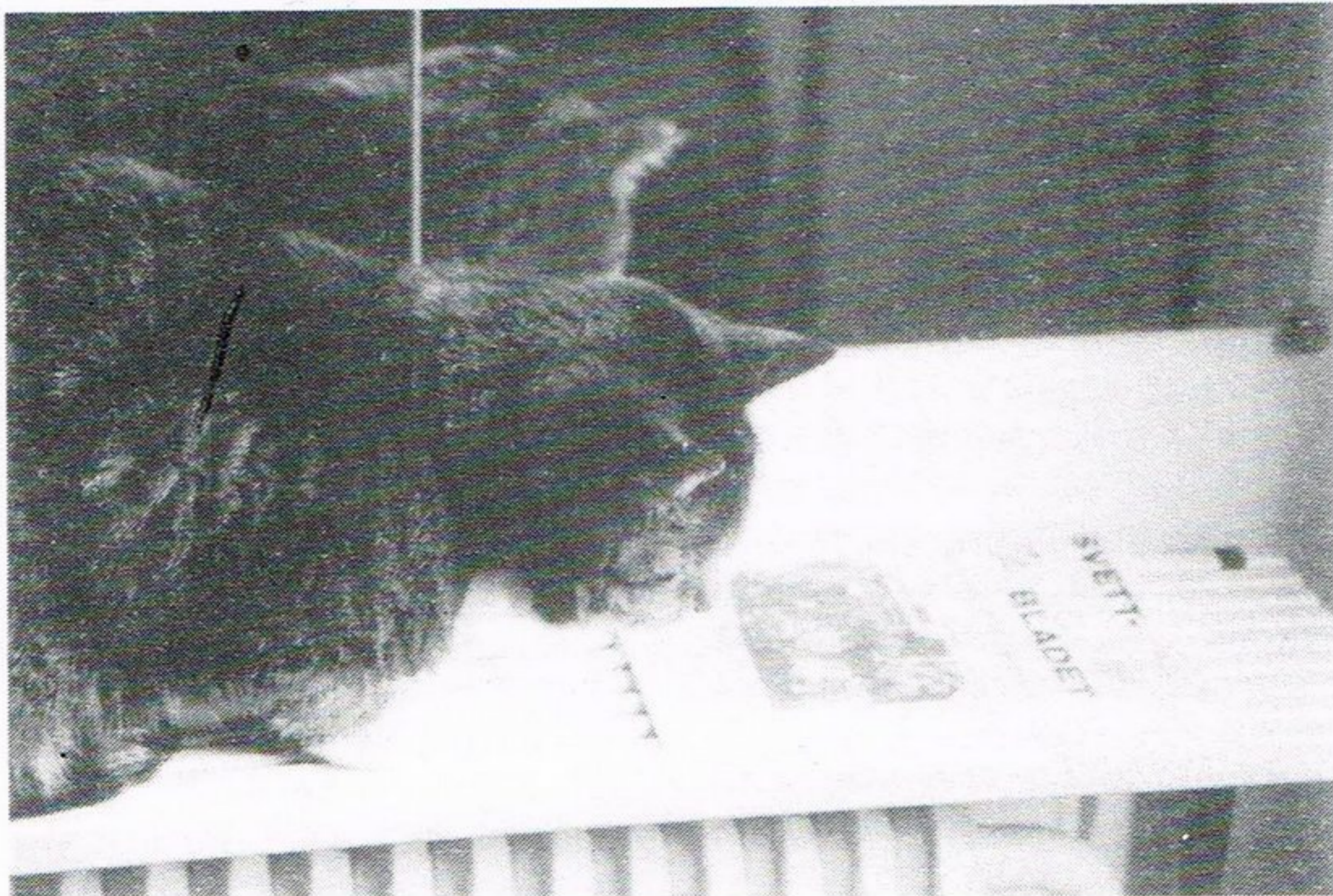
16

BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv avflyttning återsändes försändelsen med uppgift om ny adress.

TÄVLING: VAD TÄNKER KISSEN?

Härlig undervärme från ett element, en bakgrund där man kan se sig själv såsom i en spegel och **SVETTBLADET** som lektyr - vad kan man mer begära av livet? (Foto: *Hasse Matthing*)



Men vad tänker katten?

Skriv ned några rader och tala om vad du tror att katten tänker! Lämna in ditt förslag senast på 3-dagars sista etapp (den 11 juli) till någon av redaktörerna på UNGDOMS-SIDORNA, som sedan utser en vinnare. Priser utlovas!

Ingen plats för innehållsförteckning denna gång. Vi satsade på att göra ett innehållsrikt 16-sidigt SVETTBLADET i stället! Glad vår!

nya

SVETT-



BLADET

UTGIVET AV



HÖSTEN 1997



"Succé?!"

"Bingo-OL?!"

Ja, åsikterna är många och definitivt beroende av hur vederbörande "tyckare" lyckades med sitt orienterande under 1997 årgång av 3-dagars på Gotland. Svettbladets framsida prydes denna gång av tävlingsledarna Ulla Dahlström och Gunnar Alvaeus, som här halar flaggorna efter väl förrättat värv! Vi har bitt huvudfunktionärerna beskriva sina uppgifter och sina upplevelser före, under och efter tävlingen i detta nummer av bladet!

SVETTBLADET

2

Mer eller mindre officiellt organ för Visborgs Orienteringsklubb.

Utkommer tre gånger om året, i mars, i augusti och i december.

Upplaga: Cirka 275 ex = 1 ex/VOK-familj

HUVUDREDAKTÖRER:

(OCH ANSVARIGA UTGIVARE)

Familjen Björn och Gunnel Fransson, Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel/Fax: 0498/264568.

REDAKTÖRER:

Kommittéledare och alla som blivit ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ skriver något. Välkomna med bidrag!

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

av Bo Magnusson

Tre-dagars 1997

Vi har på ett utomordentligt sätt klarat av vårt stora orienteringsarrangemang för i år, tredagars. Några har gjort ett storartat arbete och satsat en hel del tid och energi för att vårt 3-dagars skulle bli ett bra arrangemang. Därtill var vi många som framförallt tävlingsdagarna var delaktiga på ett eller annat sätt. Ett stort **TACK** till alla.

Det var i mitt tycke strålande arrangemang med en första etapp som hade ett samlat och förnämligt TC, och etapp 2-3, där vi fick möjlighet att visa upp VOK-stugan och alla dess faciliteter. Jag hörde flera fastlandsbesökande, som var imponerade över vår klubbstuga. Det var härligt att strosa runt vid VOK-stugan och bara trivas tillsammans med alla tävlande och övriga besökande.



Såvitt jag vet förflöt allt utan mankemang (även om det lite "bakom kulisserna", t.ex. i sekretariatet, bitvis var lite stökigt). Vi skulle dock gärna sett fler anmälda till årets Gotlandspaket. Med tanke på tävlingsområdets närhet till Visby hade vi ju förväntat oss fler deltagare.

Hur skall vi nu försöka rida vidare på "framgångsvågen"? Lite tänkvärt är väl ändå att det i stort sett var det gamla gardet som var huvudansvariga för olika funktioner. Inför kommande arrangemang skall vi eftersträva att våra duktiga yngre förmågor i klubben erbjuds möjlighet att ta större ansvar.

Hösten

Vi närmar oss nu en intensiv höstsäsong med såväl tävlingar som andra arrangemang. Under hösten skall vi arbeta närmare på "flerårsplanering", med långsiktigt planerande av såväl arrangemang som investeringar.

Vintern

När vi nu klarat av semestrar (och träning inför höstsäsongen) och sitter i sommarvärmen, är kanske inte tankar på skidor det som ligger närmast till hands, men jag vet att skidkommittén, med **Roffa Pettersson** i spetsen, för fullt planerar kommande skidsäsong.

Vi kanske kan förvänta oss ett skid/familjeläger i år för första gången på länge. Om inte annat är det dags för de som tänker sig delta i t.ex. Vasaloppet att påbörja rullskidträning (hör med skidkommittén om hur man hyr rullskidor).

Engelsk läsövning

TEN SMALL 10-MILA BOYS

av Erik Fransson

Ten small 10-mila boys were called up by their coach (**Rolf M**).

One (**Who?**) had a busy phone line, so then they were only nine.

Nine small 10-mila boys were eager to beat "OK Bridge".

One (**Jonas M**) got a girlfriend date, so then they were only eight.

Eight small 10-mila boys were sure to get under twohundred.

One (**Stefan**) was told that he was maybe number eleven, so then they were only seven.

Seven small 10-mila boys believed that a restart was far away.

One (**Nicke**) had to go almost from Kalix, so then they were only six.

Six small 10-mila boys thought it would be nice at least to finish the race.

One (**Agge**) had to teach firemen how to smoke dive, so then they were only five.

Five small 10-mila boys agreed it was fun just to get together.

One (**Andreas**) was caught in a nasty doggy war, so then they were only four.

Four small 10-mila boys began to think about next year.

One (**Tobbe**) was called in for a knee surgery, so then they were only three.

Three small 10-mila boys were thinking about how far it was to drive.

One of them (**Ola**), didn't know where to go and what to do, so then they were only two.

3

Two small 10-mila boys had no place to stay overnight. One (**Olov**) preferred Pernilla, sauna, TV and beer, so then it was just one single left to spare.

One small 10-mila boy (**Erik**) was there to defend the orange-black flag.

To the first control he was too lazy and late, so he died in a fight at code number one hundred and eight.



TIO SMÅ 10-MILASORKAR

(övers.: Gunnel)

Allas vår Rolf ringde 10-milasorkar tio. En fick brott på linjen, sen var de bara nio!

Nio små 10-milasorkar var ivriga att slå Bro. En blev kär som en kyrkrätta, se'n var de bara åtta!

Åtta små 10-milasorkar var säkra på placering under 200. En sas vara nummer elva nu, se'n var de bara sju!

Sju små 10-milasorkar trodde att en omstart var avlägsen. En måste åka nästan från Kalix, se'n var de bara sex!

Sex små 10-milasorkar tänkte åtminstone komma i mål. En måste undervisa om rökdykning i hem, se'n var de bara fem!

Fem små 10-milasorkar ville bara få vara tillsammans. En blev fångad av hundyra, se'n var de bara fyra!

Fyra små tiomilasorkar började tänka på nästa år. En fick kirurgläkar'n se, se'n var de bara tre!

Två små tiomilasorkar visste inte var de skulle övernatta. En föredrog Pernilla, bastu, TV och en ölbar, se'n var de bara en enda kvar!

En liten tiomilasork var där för att försvara den orange-svarta fanan.

Till första kontrollen var han för lat och sen, så han dog i ett slagsmål vid kodnummer etthundra-en!

nya

Ungdoms⁴sidorna

3-D-MINIKNATET

av **Linnea Gustafsson, Elena Österdahl och Lisa Rondahl**

På 3-dagars jobbade vi i Minimålet med "Miniknatet". Det var jättemånga som sprang, och det var jobbigt, men kul! Våra uppgifter var att ta av barnen nummerlapparna och ge dem glass. Vi skulle också hämta "startlistor" i Ministarten och ge dem till speakern och hämta glass i kiosken.

Elena hade en viss förmåga att försova sig, så vi andra fick det svettigt. På första etappen fick barnen glass och därför var det många som sprang flera gånger. Som tur var, upptäckte de som satt i Ministarten. Då fick de ingen nummerlapp och inte heller någon glass av oss - alla kunde ju inte få tre glassar!

På andra etappen fick barnen också glass, men tredje och sista dagen fick de medalj. Vi delade ut cirka 120 medaljer! Det blev en över, och den gav vi till **Anna Rondahl**, som var kranskulla.

De som jobbade med Miniknatet var **Robert och Rasmus Gustafsson, Birgit Nyström, Maria Toftén** och så vi förstår: **Elena, Lisa och Linnea!**

OL-SKOLAN HT-97

Av **Hans Mellquist**

Orienteringsskolan startar snart sin verksamhet för säsongen. Vi har under sommaren träffats ett par gånger och haft lite lätt träning - detta främst för att träffas.

Nedan redovisas det program som ligger i planeringen. Vi skall i detta program försöka att stoppa in ett eget 3-dagars för OL-skolan med de banor som användes under det riktiga 3-dagars. När det kan tänkas bli, vet vi inte just nu, men det kommer att meddelas så fort som möjligt.

OL-skolans program för hösten ser ut så här:

Lö 08-23	Start OL-skolan	VOK-stugan
Sö 08-31	Dag-DM	Brobladet
Lö 09-06	OL-skola	VOK-stugan
Lö 09-13	OL-skola	VOK-stugan
Lö 09-20	Ungdomstävling	Tippsarve
Lö 09-27	Parkavle	Gråbo
Sö 09-28	Höstträffen	(Läger?)
Sö 10-05	Allklubbars	Hejnum
Lö 10-11	OL-skola	VOK-stugan
Lö 10-18	Oktoberträffen	Torsburgen
Lö 10-25	OL-skola med tårta	VOK-stugan
Lö 11-01	GGN på Tofta skjutfält	
Lö 11-08	OL-skola m löpträn	VOK-stugan
Lö 11-15	OL-skola m löpträn	VOK-stugan
Lö 11-22	OL-skola m löpträn	VOK-stugan
Lö 11-29	OL-skola m löpträn	VOK-stugan
Lö 12-06	OL-skola m löpträn	VOK-stugan
Lö 12-13	Lucialoppet	

Som ni ser är det ett späckat program. Vi fortsätter även i år med att börja **OL-skolan kl 13.00** ute vid VOK-stugan.

Varmt välkomna - unga som gamla!

Linnea och Lisa är bland OL-skolans flitigaste deltagare. De springer också nattorientering som synes!

GM I KLIPPAN, SKÅNE

av **Helge Fransson**

Den 8 augusti samlades vi vid båten som skulle ta oss till Oskarshamn. Vi hade tre minibussar och två bilar. Alla bilar spelade olika slags musik på bilstereon - det var hårdrock i en och punk i en osv. På vägen pausade vi ett flertal gånger och det behövdes, för det var förfärligt varmt i fordonen. Vi stannade i Växjö för att äta.

BROARNA KÖRDE FEL

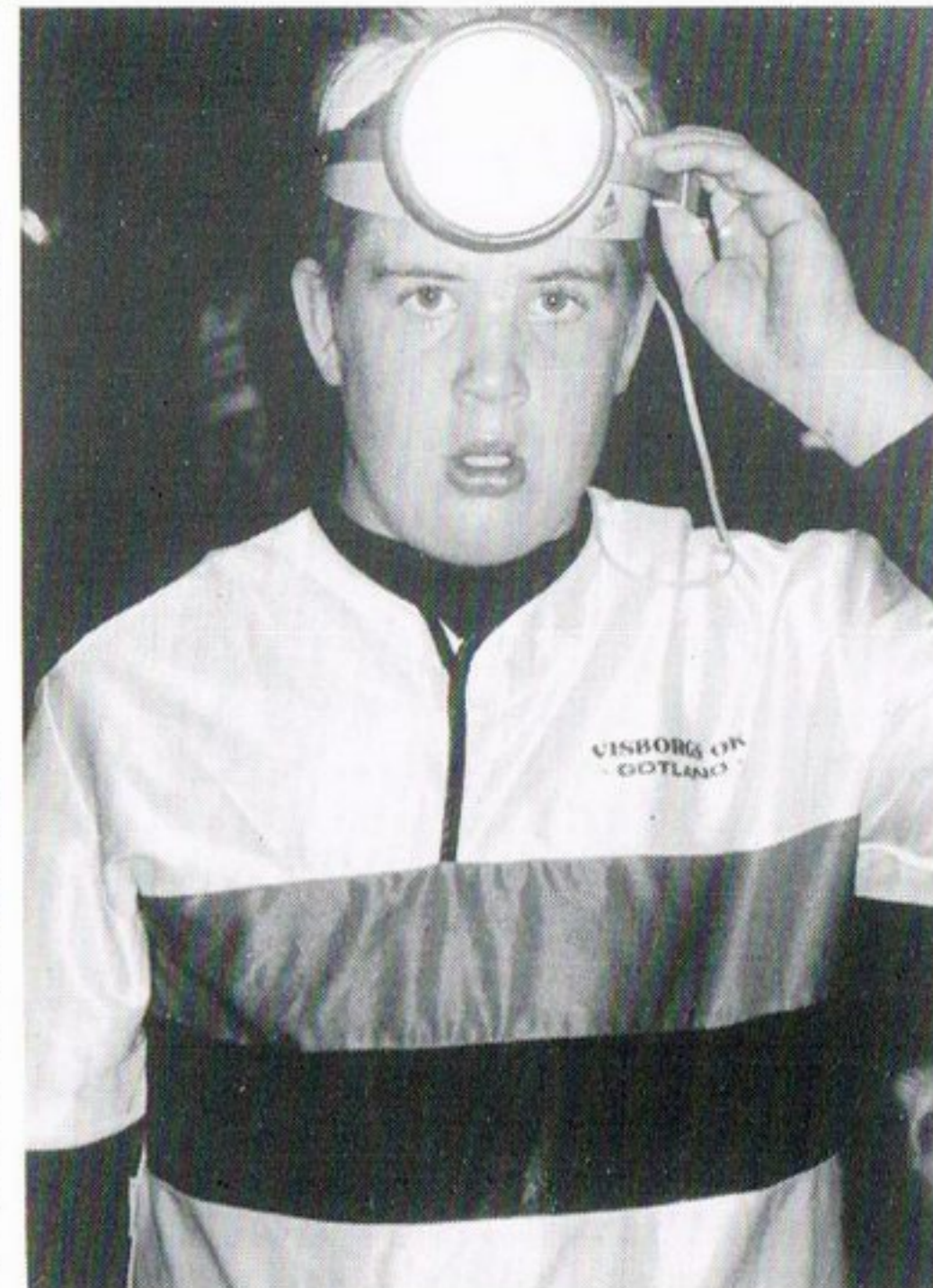
När vi sedan skulle köra iväg så körde första bilen fel (det var **broarnas** bil, med **Max Samuelsson** som kartläsare - och han ska kallas orienterare!). Vi andra följde bara efter och till slut kom vi ut på Europavägen igen och satte full fart mot **Klippan**. När vi kom fram på kvällen fick vi "Spaghetti med köttfärssås", som smakade som skolans brukar göra, dvs den var blöt, sliskig och överkokt, men ändå rätt god. Vi gick och lade oss vid halv elva, men det var några som inte kunde sova. De pratade och pratade och vi andra blev bara surare och surare för att vi inte kunde få tyst på dem.

GM = GÖTALANDSMÄSTERSKAPEN

Vi gick upp tidigt och åt frukost och sedan bar det iväg till **GM**, som betyder **Götalandsmästerskapen**. När vi kom fram fick vi reda på att vi skulle använda oss av det ny elektroniska stämplingssystemet Regnly. På tävlingen gick det inte så bra för oss VOK-are i min klass, H16 klassen. Vi kom på placeringarna 62 (**Christer**), 64 (**Helge**) 65 (**Markus**) - och sen var det **Rasmus**, som egentligen skulle ha sprungit i H14, men som inte fick byta klass. Det blev alldeles för svårt för honom, så han hoppade över några kontroller och bröt. På kvällen var det disco.

Ord på väg: "Tomt huvud ger trötta fötter"

5



TÄVLING ÄVEN DAGEN EFTER

Vi gick upp tidigt och åkte iväg till "Dagen efter-tävlingen", där det gick ganska bra för Gotland. Vi var fem av de åtta bästa i H16-klassen, men ingen av dessa var VOK-are. Sedan bar det iväg till Oskarshamn och båten igen. Vi hade bara två hytter, så de flesta fick sova på golven.

Från VOK deltog följande tappra hjältar: **Christer, Anna, Markus, Rasmus, Helge** och ledarpappan **Robban G.**

LILLA SKÄRMEN, KOM FRAM!
av **Elena, Lisa och Linnea** (framförd på efterfesten till 3-dagars 1997)

Lilla skärmen, kom fram, kom fram.
Lilla skärmen, kom fram,
annars blir jag arg!

Om du kunde komma fram,
så jag kunde stämpla dig nya
skulle jag bli glad!

H43-KAVLEN I 6 BOXHOLM I AUGUSTI

av Kaj Wirén

Det blev bra prestationer överlag vid årets H43-kavle. Våra D43-damer blev 48:a av cirka 115 lag och H55-laget kom 60:e av 105-talet lag. Vi hade 38-40 utländska lag före oss.

Nisse Hallgren gjorde en toppinsats och växlade runt 50:e med många löpare omedelbart framför sig. Det var med andra ord idealläge för en efter Östgötas 3-Dagars-löpningen "gube" = **Kaj** på 4:e sträckan. Efter 300 meter upptäckte jag att jag glömt byta till OL-glasögon: **"F-n också!"** Det får gå ändå. Jag stoppar de vanliga glasögonen i bakfickan.

Kontroll 1 - mystisk kontrollplacering! Åkerkanten?! Finns sådant? Stämplar i en grop...

Kontroll 2 - en sten. Spikar!

Kontroll 3 - brantfoten. Ser en kontroll och springer dit. Det är min - skönt!

Kontroll 4 - mellan höjderna. Bara en höjd i min cirkel (?). Spikar!

Kontroll 5 - långkörare, passar bra! Fint vägval. Står vid norra höjdfoten. Ingen kontroll! Frågar en finländare på hans eget tungomål. **"Jo, nog har jag kontroll 75, men jag vet inte var jag är!"** Efter 8-10 minuter hittar vi kontrollen. Det är nå't lurt! Var stämplade vi?

Kontroll 6 - sankmarken. Jag står där, men ingen kontroll? Frågar nästa gubbe: **"Har du kodsifra 100 - en sten?"** Jag följer med och stämplar, men börjar bli desperat...

Då upptäcker jag plötsligt att **alla** mina kontroller ligger utanför cirkelarna. Kontroll 5 låg t ex 70 meter från cirkelns mitt = 40-45 m utanför ringen! Väl i mål visar det sig att av cirka 1400 löpare, denna ljuvliga lördagskväll, är jag förmodligen den ende som fått en feltryckt karta. Sammanlagt felläge på 13 kontroller är cirka 520 meter, d v s 40 meter felläge i snitt per kontroll!

Konstigt nog blir jag inte förbannad... Däremot blir VOK till slut 60:e efter ett bra lopp av **S-E Johansson**, VIF Gute på 5:e sträckan. VOK slipper att betala startavgiften som plåster på sären - alltid något!

Sens moral för banläggare: **Kontrollera kartorna, även banpåtryck gjorda av tryckerier! Om och om igen! Tekniken är inte 100%-ig, fast man gärna vill tro det!**

Trygghet är att gå vilse utan att tappa bort sig...



*** SEENDE SKOR ***

Joggingskor för blinda är en av attraktionerna på årets uppfinnarmässa i Malaysias huvudstad Kuala Lumpur. Elektronik under hälen kopplad till fotoceller vid tårna får ett larm att ljuda när något ligger i joggarens väg. Dessutom behöver bäraren bara knappa in sin kod för att få de "automatiska skosnörena" att spännas åt precis lagom. (DN) Tänk om man kunde få elektroniken att larma oss när vi närmar oss en kontroll! Vilket liv det skulle bli i VOK-skogarna!

KENNETH NILSSON - 7 F D ANONYM VOK- ARE

av Björn Fransson

VOK:s medlemsförteckning innehåller en mängd namn på personer som är i stort sett anonyma för flertalet av oss andra. De varken springer orientering, åker skidor eller dansar gammaldans, och de dyker sällan eller aldrig upp på våra trivselaktiviteter.

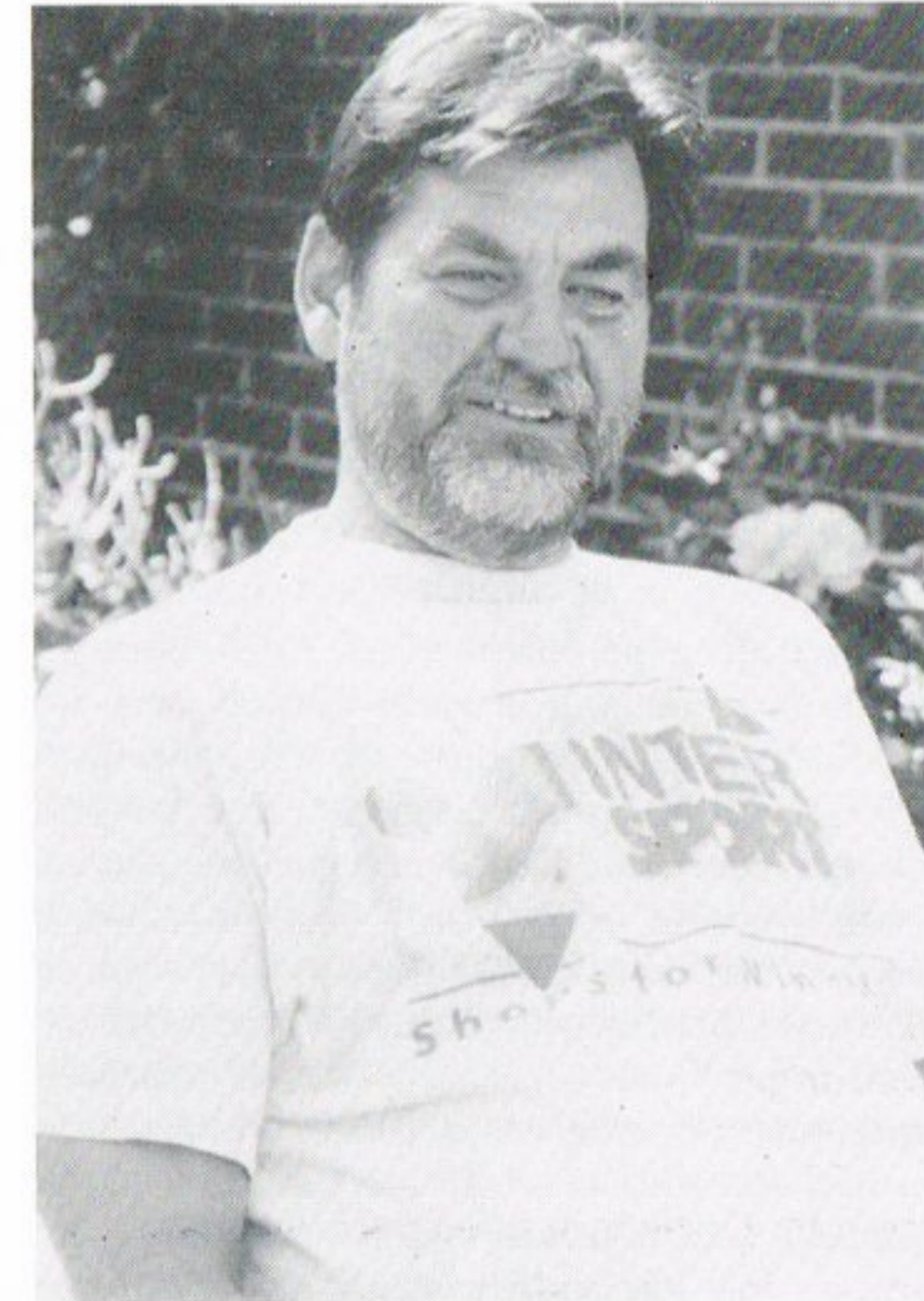
RÖRMOKARE MED EGEN FIRMA

Många av dessa "okända VOK-are" kommer till VOK-stugan och springer i våra spår och använder våra omklädningsrum. En av dem träffade jag efter ett vattenläckage i vår toalett. Han är nämligen rörmokare med egen firma i Västerhejde och heter **Kenneth Nilsson**. Hur många år han har varit med i klubben, minns han inte. Han kom på att han utnyttjade VOK-stugans bastu och duschar så ofta att han tyckte att han borde gå med i klubben - och jag tror att det finns många medlemmar av den kategorin.

"Jag tycker att folk ska göra rätt för sig!", säger Kenneth och tillägger att ganska ofta påtalar för folk ute vid stugan att de antingen bör gå med i klubben eller lägga pengar för sitt utnyttjande av anläggningen. "Det finns ju en sparbössa uppsatt för det ändamålet!"

MOTIONSSPRINGER OFTA

Själv brukar han motionsspringa vid VOK-stugan varje onsdag och lördag, utom under sommaren. Han brukar då ta ett av de korta spåren och sedan bada bastu tillsammans med några kompisar. På frågan om han inte tycker att det är långt att åka bara för detta, svarar han: "Vi samåker och turas om att köra, så det känns inte så långt!". Han passar samtidigt på att berömma **Sören Thulin** för den fina ordningen ute vid VOK-stugan och de alltid lika fint preparerade spåren. "Det gör att man alltid känner sig välkommen dit!"



SPONSRADE MED EN VÅG

Orienterat har Kenneth inte gjort sedan han gick i skolan, men han är allmänt idrottsintresserad och spelar aktivt både pingis och tennis. "Dessutom har jag fått diabetes, så jag behöver hålla igång min knappt 50-åriga kropp, så att den inte blir alltför stor!". Därför har han för eget och andras bruk sponsrat klubben med den våg, som står fastkedjad i herrarnas omklädningsrum.

Jag tror att den f d anonyme VOK-aren **Kenneth Nilsson** är en ganska typisk representant för denna kategori i medlemsförteckningen. Ibland har jag fundrat på att göra reportaget **"Ett dygn vid VOK-stugan"** för **Svettbladets** räkning, men idén har hittills fallit på grund av tidsbrist. Jag undrar hur många anonyma VOK-are jag skulle träffa på under detta dygn - och hur många övriga det egentligen är, som använder sig av VOK-stugans alla faciliteter under ett **nya** dygn? Vem av läsarna gör det reportaget?

Visborgs OK inbjuder härmed till nationell 3-dagarsorientering 9-10-11 juli 1997 på cykelavstånd från Visby.

Tävlingen ingår i "Gotlandspaketet". Etapp 1 och 2 ingår i ANSVAR CUP med fina priser från ANSVAR.



ETT 3-DAGARS- ÄVENTYR

av Gunnar Alvaeus

Någon gång på vårvintern 1996 blev jag tillfrågad om jag kunde tänka mig att ställa upp som tävlingsledare för 3-dagars 1997. Först trodde jag att det var ett skämt, men när **Kaj** övertygade mig om att han menade allvar, och jag fått någon veckas betänketid, såg jag det just som ett äventyr! Ett äventyr skall ju innehålla utmaningar och vara fyllt av okända moment. För mig var det mesta okänt!

DELAT LEDARSKAP = TVÅ LEDARE

Innan jag går vidare skall jag göra helt klart att en avgörande orsak till att jag tog på mig uppgiften var att jag fick **Ulla Dahlström** som biträdande tävlingsledare. Vi känner varandra bra och jag var övertygad om att vi skulle kunna samarbeta. I praktiken har vi delat på ledarskapet. Vi har varit två tävlingsledare!

KOMPETENTA FUNKTIONÄRER

I ett tidigt skede insåg jag, vilket egentligen är självklart, att om vi skulle ro projektet i hamn, var vi tvungna att maximalt utnyttja den kompetens som finns inom klubben. Det första vi gjorde var därför att utse kompetenta huvudfunktionärer och därmed var halva jobbet gjort! När jag nu en vecka efter tävlingen sitter i en solstol i Sysne och tänker tillbaka på det gångna årets arbetet, ser jag tydligt hur mycket Ni funktionärer lärt mig. Mycket av det som varit okänt har blivit känt.

Under resans gång har dock ett antal orosmoln dykt upp och kryddat äventyret. Ulla fick problem med ryggen och det var tal om operation. Jag såg för mitt inre hur jag stod som helt ensam skeppare på skutan, som skulle föra 3-dagars i hamn. Idiotisk tanke, men så var det. Lugnast av alla var Ulla själv. Det skall mer till för att göra henne orolig!

PANIKEN KOM KRYPANDE

Militären hade bestämt sig för att ta "marknadsmässiga priser" för att vi skulle få använda RU-lägret till OL-camping. Genast såg vi den inkomstmöjligheten försvinna. Nu kom vi dock, med **Kaj Wiréns** hjälp, fram till en kompromiss, som gör att vi nog får någon krona i vinst och framför allt kunde vi erbjuda våra OL-gäster ett bra boendialternativ.

Nummerlapparna, som var beställda, dröjde. Jag kände paniken komma krypande och ringde **Torbjörn Spång**, som gjort beställningen, både morgon och kväll. Två dagar innan tävlingen dök de upp. Puh!

MANNEN SOM FÖRSVANN

Klockan 13.30 första dagen kom **Janne Rondahl** ut ur sekretariatet och undrade om det fanns någon från Södertörns OK kvar. Det var nämligen en H35:a därifrån som startat 08.57 och inte kommit i mål ännu! **Björn Fransson** efterlyste mannen, men fick inget napp i den fåtaliga skara, som ännu var kvar. "Ordna skullgång, ringa lasarettet, kolla RU-lägret!" Tankarna korsade min hjärna. Som tur var, fanns det i sekretariatet personal med anlag för detektivyrket. De plockade fram mannens startkort ur sekretariatets gömmor. Han hade gått i mål!

SLUTET GOTT - ALLTING GOTT!

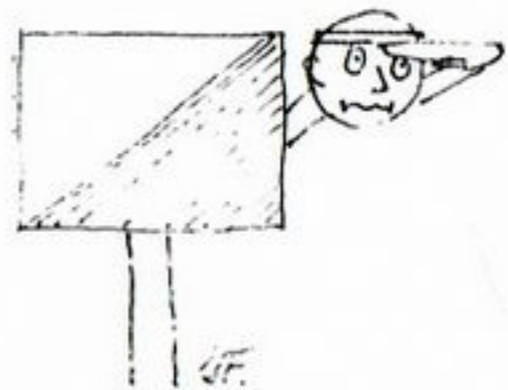
Slutet gott och allting gott - och det är vad man kan säga om hela tävlingen. Allting fungerade över förväntan och detta tack vare att alla Ni funktionärer, oavsett om Ni passat barn, ritat banor, servat med vatten eller deltagit i annan funktion, så lojalt ställt upp på Er fritid.

Ulla och jag vill med detta tacka Er alla för Er insats!

Rapport från skogen:

Uno står med huvudet i vattenkannan och dricker så mycket han förmår. Han vågar inte hälla ut vattnet på grund av rådande bevattningsförbud...

Han måste dock ha tagit miste på var han befann sig, eftersom bevattningsförbudet var utfärdat bara på södra Gotland.



Elitlöpare kommer fram till en av våra radiokontroller. Flämtar: "Har ni sett mig här förut???"

ATT VARA BANLÄGGARE

av Kaj Wirén

Jag fick uppgiften att vara banläggare för Etapp 1 på vårt 3-dagars drygt ett år i förväg. Skönt - gott om tid! Hejdebybladet 1:10000 för alla. Bra karta. Bra terräng. Inga problem...!

Efter cirka 200 timmar, kanske mer (!) av arbete och funderingar gick allting bra. Etappen blev lyckad och alla var nöjda. Ett helt år av tankar och oro är över. Men hur kan det ta så lång tid? 5 veckors arbete?

Banläggning för 60 klasser, utsättning av 95 kontroller, samverkan med markägare, bankontrollanter, sammanträden, kartriting, kartryckning mm mm tar tid. När sedan plötsligt ett nytt stängsel sätts upp, tidigare än vad som från början var planerat, tvingas banläggaren lägga om 25% av banorna. Sådant tar tid.

ALLA TRE ETAPPERNA LYCKADE

Alla tre etapperna blev lyckade. Inte ett enda klagomål, vad jag vet! Alla kontrollerna stod rätt. Inga felaktiga kartor. Jag vill som ansvarig för tävlingskommittén inom VOK-OL gratulera alla duktiga VOK-are som gjorde vårt 3-dagarsarrangemang till en fullträff. Ett gediget lagarbete!

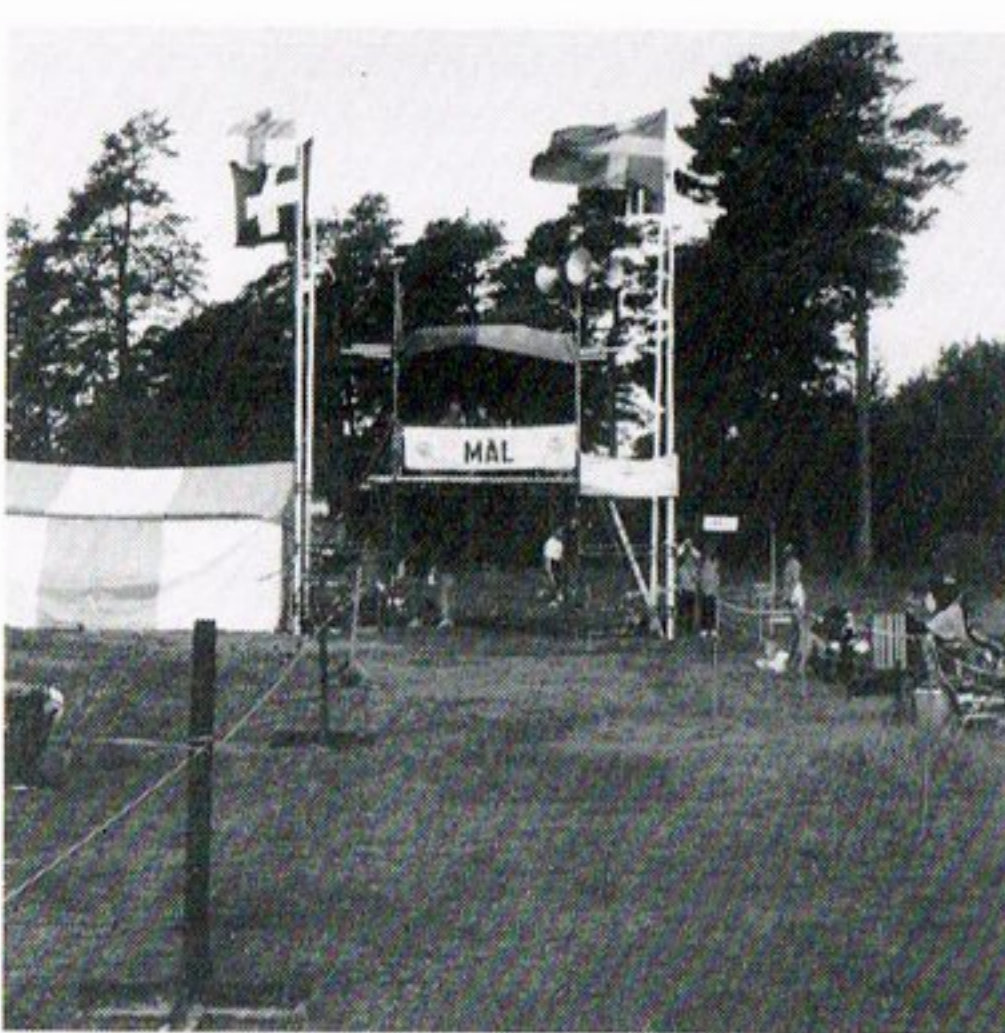
NÄSTA GÅNG BLIR ÅR 2002!

Nästa gång blir år 2002, om vi inte satsar på ett större arrangemang dessförinnan... Men nu ser vi fram emot en lyckosam orienteringshöst med VOK-are på framskjutna platser i alla klasser. Lycka till!

Tävlingskommittén

Ett stort tack till festarrangörerna för "afterfesten till 3-dagars" den 9 augusti. Särskilt tack från oss som cyklade gamla banvallen hem i natten genom signaturen "B.H."

nya



I HUV'ET PÅ EN 10 STARTCHEF

av Hasse Mellquist

Så kom den då äntligen - tävlingen som hela VOK hade gått och vändats över i ett helt år. Övertecknad hade det förnämliga uppdraget att vara startchef för startplats 3. Bara det hade värkt fram under stora plågor. Jag skulle egentligen ha direktanmälan. Till den hade jag fått personal och allt var frid och fröjd!

BÖRJA OM FRÅN BÖRJAN!

Gunnar Alvaeus ändrade raskt på den friden med ett telefonsamtal, som meddelade att startplats 3 var min. Börja om från början! Välvilliga VOK-are och bussiga arbetskamrater såg dock till att det blev en bra startplats med god stämning och fin arbetslust.

OINSKRÄNKT MAKT

Alla vet ju hur det går till på en startplats, så det finns väl ingen anledning att redogöra för det. Det som dock imponerar mest på mig är den tålighet som orienteraren visar, samt att startchefen tycks ha oinskränkt makt och ingen så mycket som funderar på att säga emot. Det jag tänker på är pappan, som själv skulle orientera, men som först ville titta på kartan, så att han visste om han skulle vara nervös för sonens tävlande i H10 eller inte.

HÅRDA BUD

Reglerna säger att skall du själv tävla, så får du inte se kartor med inritade banor över tävlingsterrängen. Då jag meddelade honom detta, så kom svaret: **"Det var hårda bud!"** Men han protesterade inte, utan fann sig i svaret. Eftersom jag själv har haft döttrar som tävlat i D10 och nu har en son i samma klass, så kände jag hur han hade det och meddelade att: **"Det är klart att du ska få se banan!"** Det var en lättad pappa som släppte ut sin son på självvald väg i okänd mark. Känns formuleringen igen?

Ett 3-dagarsäventyr

En annan episod var den hypernervösa damen som kom fram och ropade: **"Var är startplats två?"**. Varvid den alltid lika lugne startchefen pekade på den stora skylten med pil 10 meter bakom hennes rygg med texten: **"STARTPLATS 2"**

I ENSKILD STÄLLNING

Jag hade turen att ha **"Dallen"** på min startplats. Där fanns kunskapen om startplatser, och då främst om jaktstartplatsens arbetssätt, som jag inte hade. Med ett beundransvärt lugn skickades de tävlande ut på exakt rätt tid.

Från jaktstarten minns jag särskilt **Magnus Gadefors**, som lugnt meddelade sina startande: **"Du får vänta ett tag!"**. När det sedan närmade sig tidpunkten, så spände han ögonen i den tävlande och meddelade med **HÖG** kommandostämman: **"En minut kvar!"** Dom stackarna som skulle starta stod mer eller mindre i enskild ställning sista minuten.

Som avslutning kan jag säga att det var en rolig vecka med trevliga människor och jag hoppas få göra det igen!



START 4 eller 11 DIREKTANMÄLAN

av Leif Andersson

Så var det då dax att genomföra det "stora arrangemanget", efter ett otal planeringsmöten och rekognosceringar. Från början var jag inte med som ansvarig men, under arbetets gång, uppstod en start till, så **Hasse Mellquist** fick ta hand om start 3 och jag start 4.

Mina erfarenheter av direktanmälan var i det närmaste obefintliga, men jag fick Hasses förplanering och en hel del anvisningar från **Gunnar Alvaeus**.

Dag 1-2 var start 3 och 4 på samma plats. Vi kunde då hjälpas åt med uppbyggnad, rivning och flyttning. Dag 3 var start 4 på en alldeles egen plats och vi använde då ny utrustning som startklocka och definitionsställning mm. Vi hade förutom själva startplatsen också ansvar för tältet vid TC, där vi sålde startkortet och fastställde starttiden för de som inte var föranmälda.

Det var en hel del förberedelser att göra hemma också, bl a att riva och sortera startkort, lägga kartor i backar mm. En speciell startlista konstruerades på hemmadatorn. Vitsen med den, var att de som sålde startkortet bara hade de lediga tiderna att använda. Alla kollisioner, till exempel mellan flera startande till samma förstakontroll eller de startande som var föranmälda var borttagna redan från början.

RAPPORT FRÅN BARNPASSNINGEN

av Birgitta Ekvall

Första dagen kom det 18 barn. Personalen uppgick till 12 stycken och allting gick som en dans! Andra dagen var antalet barn 19 stycken och då var det riktigt kul innanför kravallstaketet med gungor, rutschbana och riktigt sandlåda. Det kändes rätt, men samtidigt stängde vi ute de barn som inte skulle vara med i barnpassningen, dvs passas av oss. Alla

Enda stora misstaget vi kunde notera var när **Gurli** kom från sekretariatet andra dagen och undrade hur en dam kunde komma i mål **före sin starttid!** Måldatorn vägrade acceptera denna snabbhet. Förklaringen var, att starten skett en timme för tidigt (en timme hit eller dit har väl ingen betydelse). Dag 3 ordnade vi till det, så att detta omöjliga kunde upprepas.

Till vår glädje kunde vi notera en del beröm också: Att vi hade direktbanor till påseende i försäljningstältet och att vi hade direktstarten öppen i två timmar uppskattades av flera deltagare (föräldrar hann med att skugga före eller efter sin egen start).

För övrigt kunde jag inte upptäcka en enda sur deltagare under de tre dagar tävlingen varade.

Vi som arbetade med start 4 och direktanmälan var **Leif, Annelie, Kattis, Gunnel, Markus, Ruby** och **Elisabeth**.



fick komma in, om de hade föräldrar med sig. Vi var många innanför!

Tredje dagen kom det hela 26 barn.

Tack alla som arbetade i barnpassningen! Ett extra tack till **Elisabeth**, som hade lånat med sig alla leksaker från sitt dagis! Ett stort tack också till VOK:s flicknyam läste böcker, bar på gråtande bebisar, ritade och nysslade om de små

SEKRETARIATET 12

av Janne Rondahl

Planeringen i sekretariatet påbörjades hösten 1996 genom en träff med Svaide-funktionärer från Tredagars-96. Jag och **Tommy Ohlsson** fick en hel del nyttig information från **Rolf Mührer**, som hade haft hand om sekretariatet då. Vid denna tidpunkt delade jag och Tommy på arbetsuppgifterna, så jag tog hand om datorerna och Tommy skötte stämpelkontrollen.



LOTTNINGEN VID MIDSOMMAR

Sedan hände inte mycket förrän till pingsten 1997, då jag fick dataprogrammet, som skulle användas vid tredagars. Efter inläggning av grundinformation om tävlingen, fick **Nisse Hallgren** ta över och lägga in alla anmälningar. Till midsommar fick jag tillbaka programmet med alla starter inlagda. Nu körde vi lottningen och efter detta fick vi ändra starttider enligt speciella önskemål från vissa startande.

Så var det dags att köra ut startlistorna, både hela och klubbvis. 172 klubbar deltog! Det var nu två veckor kvar till första start och alla ändringar av startande och efteranmälningar började komma in. Startkortet för Dag 1 och 2 kördes fram, när det var ett par dagar kvar till första start. Skrivaren fick verkligen arbeta med startkortet, för det var totalt 2000 st med streckkod. Vilket oljud det var i ett par timmar!

Den 8 juli var det så dags att bygga upp sekretariatet på TC, enligt anvisningar från **Åkesson**, allt för att målklocka och datorer skulle fungera ihop.

*"Springa? Utan att nå'n jagar en??
(Iggy Pop om jogging)"*

Hört från personalen i sekretariatet:
"Aldrig har det varit så tyst som när det blev fel på datorn! Alla i sekretariatet satt djupt inne i sitt eget arbete och försökte göra sig så små som möjligt. Janne rev sitt hår! Ingen vågade andas...!"

JAG FINNS INTE MED I STARTLISTAN!
Äntligen tävlingsdags! **Åkesson** och **Berg** är på plats och vi plockar upp alla datorer och skrivare. Vi gör en test för att se att allting fungerar. Åkesson har hand om avläsningen av streckkoderna och Berg sköter inskrivningen av alla som springer inskolning eller öppna klasser. Jag själv ska sköta utskriften av resultatlistor, samt göra manuella ändringar av felstämplingar och liknande i datorn.

Nu kommer det första klagomålet: "Jag finns inte med i startlistan!". Vi lägger snabbt in honom som efteranmäld och skickar honom till start med startkortet. Nu är det bara att vänta på första i mål, så att vi får komma igång. När så de tävlande går i mål och vi börjar köra ut resultatlistor, som ska klistras upp, så fungerar allting perfekt. Hela dagen flyter på utan problem.

KVAR I SKOGEN!

Först när vi tar ut listan "Kvar i skogen", upptäcker vi att en efteranmäld som startade före kl 09.00 ännu inte kommit i mål när klockan är strax efter 13.00. Efter lite letande bland startkortet hittar vi hans kort. Han har gått i mål strax före kl 10.00, men inte blivit registrerad i datorn. Det är den förste orienteraren som jag råkat ut för, som har varit ointresserad av sin målgångstid – annars kliver de in i sekretariatet och frågar varför de inte finns med i resultatlistan. Det var den enda missen denna första dag.

DET GICK INTE ATT SKRIVA UT RESULTATLISTORNA!

Med tanke på hur smidigt Dag 1 gick, så blev det i stället problem Dag 2. När vi skulle köra fram utskriften av resultatlistan var det ingenting som fungerade!

Jag hade inte fått alla datafiler för att kunna köra ut resultatlistorna för Dag 2 och 3. Varken **Åkesson** eller **Berg** kunde hjälpa till med att avhjälpa felet, då det var en tredje person som lagt upp systemet för resultatutskriften.

Snabbt ut och leta reda på **Rolf Mührer**, som hade haft liknande problem året innan! Efter cirka 1,5 timmar fungerade alltihop igen. När samtliga gått i mål Dag 2, så var det dags att köra ut startkortet inför jaktstarten. Med tre skrivare igång, så tog det en timme.

RESULTATLISTAN GODKÄND

Dag 3 fungerade i stort sett utan några problem. Det enda var vid utskriften av den första resultatlistan. Där fanns en person med en måltid som innebar att han då ännu inte gått i mål. Ingen av datakonstruktörerna begrep varför. Vi fick till slut fram en resultatlista som alla tävlande godkände (d v s det kom inte in några klagomål på tiden).

KORTET NERLUSAT MED STÄMPLAR

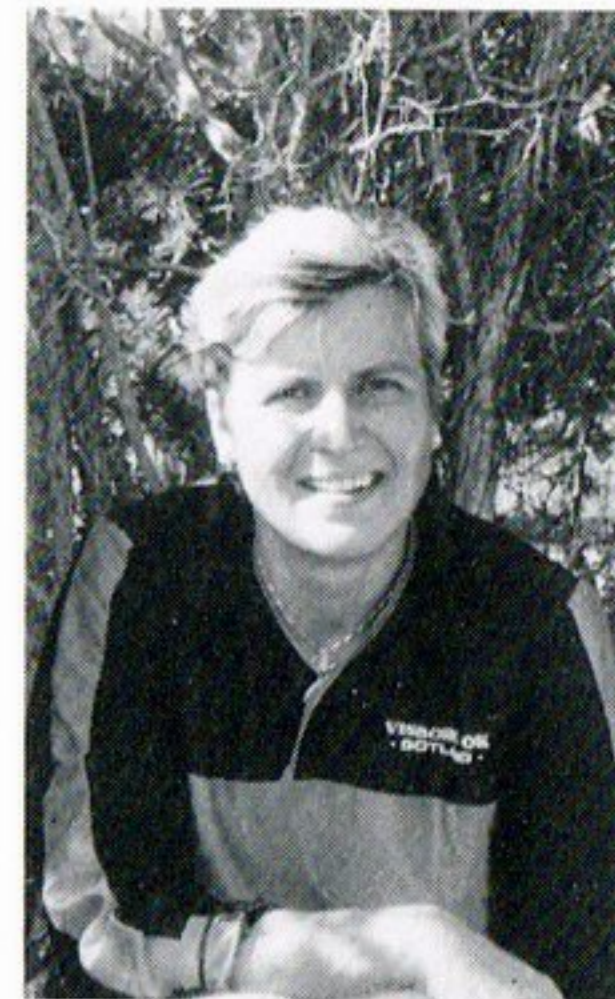
Samtidigt som vi arbetade vid datorerna, så jobbades det för fullt med granskning av stämplor. I de fall någon blev betraktad som felstämplad, så lämnade vi ut startkortet till informationen (**Nisse** och **Sven**). Det innebar att vi slapp springet av orienterare som skulle klaga. Dag 1 var det en elitlöpare som klagade på att vi klassat honom som "felstämplad". Kortet var nerlusat med stämplor kors och tvärs och förklaringarna var längre än banan. Han blev efter många om och men godkänd till slut.

SLOGS OM STARTKORTEN

Med tanke på det stora startdjupet (nära 3 timmar), så blev det aldrig någon riktig rush med startkortet. Den personal som fanns, slogs om startkortet efter hand som de kom in.

I stort sett, så fungerade det bra inne i sekretariatet. De missar/problem som uppstod löstes på bästa sätt. Lära sig av sina misstag är ingen idé, för nästa gång VOK arrangerar Tredagars, så är det nya system och nya lösningar som ska till!

13



I HUVUDET PÅ EN BANLÄGGARE

av Ing-Marie Bergman

"Du kan väl bara biträdande banläggare till mig på 3-dagars", säger **Rolf** en dag. "Va? Jag banläggare till 3-dagars? Aldrig i livet! Jag som knappt lagt en träning en gång!", var min spontana kommentar. Hur som helst, så vet ni resultatet. Jag åtog mig uppdraget

NÄR SKA VI BÖRJA?

Det som redan tidigare var bestämt, var att en etapp skulle gå på Hejdebybladet och två etapper på VOK-bladet, liksom att **Kaj Wirén** och **Nisse Nordström** skulle vara de övriga banläggarna. Ganska snart blev det också bestämt att Kaj skulle ta den första dagen och vi den sista. Redan vid jultid hörde jag både Kaj och Nisse berätta om att de "rekat" och sett på lämpliga kontrollpunkter och skissat på banor. "När ska vi börja?", tänkte jag. Vintern och nästan hela våren gick, innan vi började diskutera 3-dagars. Rolfs kommentar vid mina påpekanden: "Det är ingen idé ännu. Nisse måste vara klar först!"

SAMORDNING MED NISSE

Fram i maj-juni kom vi, d v s Rolf och jag, igång ordentligt. Vi skissade på H21E och ungdomsbanor – allt däremellan löser sig

(av sig självt nästan...). Vi diskuterade punkter och svårigheter, men kollade inte speciellt mycket i terrängen, som självfallet är välkänd. I ungefär halva juni var så gott som alla banor lagda och dessutom hade vi haft ett antal träffar med Nisse, som vi hade mycket samordning med, eftersom båda etapperna skulle gå i samma område.

EN GROVARBETARES VARDAG

Nu vidtar märkning av kontrollpunkter och pålning av de cirka 100 kontroller, som vi skall sätta ut. Det tar ett par hela helger att få allt i ordning, och först här känner jag min insats som värdefull. Spettbärare och "hål-i-marken-görare" är en grovarbetares vardag. Jag kan också konstatera att det fortfarande finns en mängd, för mig obekanta, kontrollpunkter på VOK-bladet – jättefina dessutom!

BANKONTROLLANTEN VIKTIG

Nu när vårt jobb i skogen är klart, så kollar bankkontrollanten över alla kontrollpunkter och återkommer med sina synpunkter. Bankkontrollant är **Ronny Liljegrén** från Bro OK, som gör ett mycket bra jobb och inte lämnar någonting åt slumpen, utan känner lika stort ansvar som vi för att det ska bli fina tävlingar och bra och utslagsgivande banor. När Ronny gått igenom "hela skogen", så får han nya uppdrag, nämligen att kontrollera banorna och återkomma med synpunkter: "Ungdomsbanorna är för svåra; den där gropen är otydlig" o s v. Ny justeringar vidtar. Det är ett verkligt teamwork mellan banläggare och kontrollant. Till slut känner vi oss alla nöjda med banorna.

DATORN JÄTTEBRA HJÄLPMEDEL

Nu ska en del banor till tryckeri, medan vi trycker resten själva. Rolfs semester börjar, vilket innebär en hel veckas intensivt arbete med att få allting klart. Bara att få alla definitioner i ordning tar tid, även om datorn är ett jättebra hjälpmedel. Ronny får en "deff" till varje bana för att kolla att ingenting har blivit fel (han hittade ett!).

14

När vi sedan fått in alla anmälningar, inklusive efteranmälningar, kan vi göra klara alla kartor, trycka, rita, lägga i plastfickor och till sist packa i kartonger till respektive startplats. Nu är arbetet klart – men bara nästan!

EN SEGRARE VAR TREDJE MINUT!

Återstår att räkna på bastider, så att vi kan ta emot en segrare var tredje minut. När jag kommer hem från jobbet en dag, ser Rolf "aldeles färdig" ut! Han har räknat och räknat och räknat på alla beräknade målgångstider, genom att titta på tidigare års löptider. "Så här får det bli. Jag tror att det blir rätt bra!", konstaterar han.

KONTROLL IN I DET SISTA

Veckan innan tävlingen sätter vi ut både bräda och skärm. Under tävlingsveckan har vi mest jobb efter dag 2, när vi ska flytta och hänga ut det allra sista, samt instruera förlöpare, som ska kolla att allt är i sin ordning. Tävlingsdagens morgon blir det en extra runda på stigarna närmast VOK-stugan för att kolla att ingen åverkan gjorts. Allt verkar OK! Vi tar också emot sex stycken förlöpare, som varit uppe tidigt. En stämpeldyna sitter lös, men den fixar **Andreas Karlsson** för oss. Två dagar tidigare hade två stämplars sparkats av. Det är ju katastrof för en 9-10-åring att upptäcka sådant! Stämpling är ett måste!

När tävlingen är igång, sätter vi oss en bit upp i skogen. Vilken känsla att kunna konstatera att 99% av alla beräknade segrartider stämmer! Många uppskattande ord framfördes – om både banor och arrangemang, så visst känns det kul att kunna konstatera att med många goda insatser, så lyckades vi skapa ett jättefint arrangemang – igen!

Ing-Marie och Rolf

PS Banläggarens jobb är i skrivande stund ännu inte helt slutfört. Alla kontroller är ännu inte inplockade, trots idogt arbete i tre veckor av en frivillig arbetsstyrka bestående av ett antal VOK-are. DS

15

VOK-SERVERINGEN

av Björn Fransson

Vi får en liten intervju med serveringsansvarige **Anders Ohlsson d ä**, sedan han pustat ut efter en häftig sommar. Det är väl inte utan att en och annan funderar på hur han vågar ställa upp och utföra en sådan här uppgift, helt utan erfarenhet av inköp och försäljning, arbetslös plåtslagare som han är. Så det blev min första fråga till Anders.

Han funderade en stund och sa att han frågade sig själv detsamma, när han blivit tillfrågad av **Uno Johnsson** och svarat ja! "Vad har jag gjort och vad har jag tagit på mig?". Efter att ha fått lite stolpar sedan tidigare tävlingar och funderat på hur han skulle lägga upp det, började det viktigaste jobbet – att skaffa bra och många medhjälpare. 26 stycken blev det sammanlagt och Anders vill särskilt framhålla **dansgänget – gammeldansarna**. "De var helt otroliga!", säger Anders. "För att inte tala om **Anders Ohlsson d y! Tack för dina många inbjudningar som min ersättare!**"

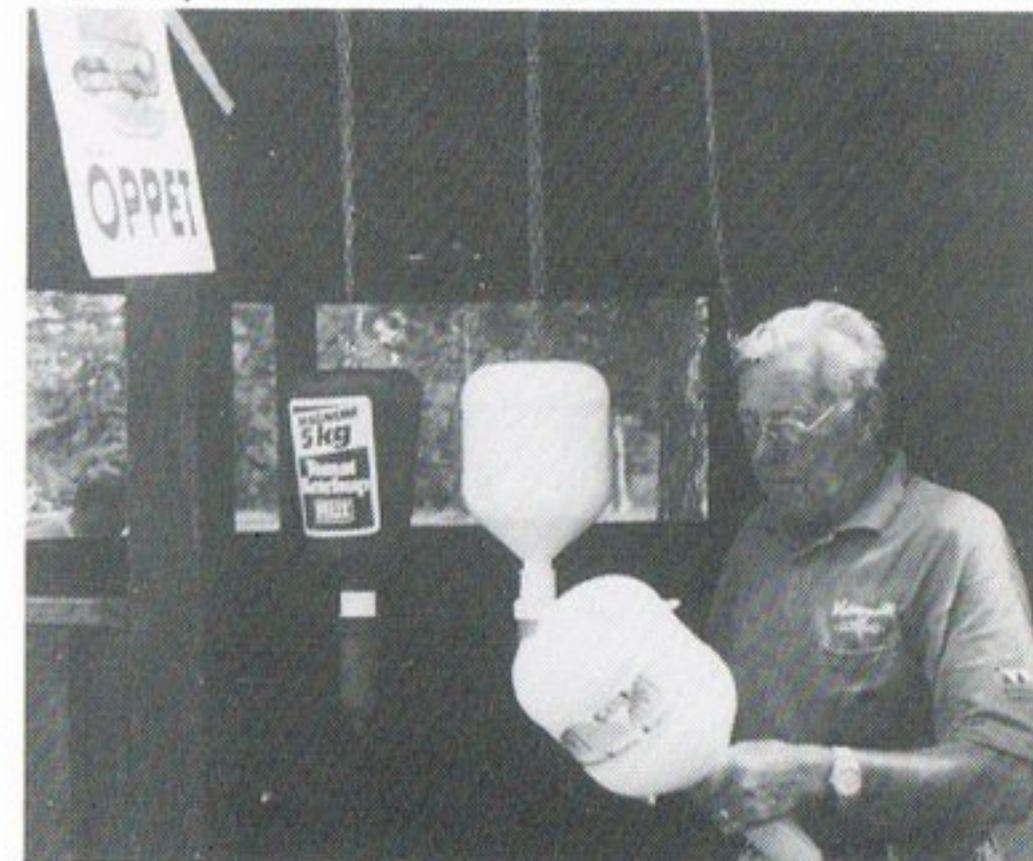
KÖRFESTIVALEN BLEV EN FLOPP!

Det hela började egentligen med **körfestivalen**, som blev en rejäl flopp och ett prov utan värde. Man fick fel information från "Kul-och Fri", vilket gjorde att VOK satte upp sin hamburgeria alldeles bredvid den gratisutskänkning av mat som arrangören av festivalen stod för! Inte konstigt att Anders kände sig ganska dum, där han stod och brände kol för att hålla härden och glöden igång – och ingen handlade! Det var mycket jobb för lite pengar!

OL-CAMPEN - EN SERVICEGREJ!

Att servera frukost vid OL-campen var egentligen en ren chansning, som så småningom gick hem. Efter att ha haft väldigt få kunder de första dagarna av OL-veckan funderade man allvarligt på att lägga ned verksamheten, men se, då blev det protester! Sista dagen åt 40 orienterare frukost där och kanske kan det arbetas upp till något bra! Kiosken får betraktas som en ren servicefunktion, men många

av VOK-ungdomarna fick ju på det här sättet träffa andra OL-ungdomar på kvällarna, så det kanske inte var så dumt?



POOL MED LÄSKBURKAR SUCCÉ

Stor uppmärksamhet blev det led i VOK:s miljö-och kretsloppstänkande som Anders lanserade genom sin "hålla-kall-läskburk-pool". Den var meningen att användas bara ute vid Hejdeby, där det inte fanns något kylskåp, men blev sedan permanent vid VOK-stugan. Vi kan förmedla att det gick åt cirka 1800 läsk! Störst succé gjorde som vanligt hamburgarna, där man sålde inte mindre än 2300 stycken! Massor av kaffe och smörgåsar såldes, medan det gick lite sämre med glassen. Det var dock inte alla som uppskattade de billiga priserna - kommande arrangörer gick med sura miner och tyckte att Anders dumpade priserna och ställde till det för dem kommande år.

15 TERMOSAR KAFFE I EN HAST

Det mesta fungerade egentligen bra. Enda riktiga strulet var, när Anders avstod från att bygga upp ett kök i Hejdeby första dagen. Man skulle i stället brygga kaffe i VOK-stugan och transportera det per bil. Han hade inte räknat med att folk kom kl 0730 och ville ha nybryggt kaffe! Så det blev till att slänga sig på mobiltelefonen och beordra snabbbrygning och så hämta 15 termosar med kaffe i en hast. Dessutom tog mjölken slut, så trots närheten till en bondgård fick man dra till stan i en hast och köpa mjölk!



BÄTTRE ATT... ÄN NÄR... !

av Gunnel Fransson

Sedvanlig inbjudan nådde oss VOK-tjejer i februari i år: Tjejträff den 12 april med frisk luft, motion, överraskningar och efterfest. "Det är bättre att det blir, än när det blir..." ansåg årets arrangörer **Gurli, Meta och Jörel** – och nog blev det!

Den **friska luften** gjorde att vågorna gick höga på välkomstdrinken vid Jungfrukällan. Mössorna var djupt neddragna och vantarna fumlade med bild- och ordbeskrivningar av kontrollerna i staden. Sedvanligt tog vi fönstervägen in till **Hasse** på Finngränd. I medvind nådde vi målet på Hansahälsan, där **Meta och Lars-Göran** välkomnade.

Här började den verkliga **motionen!** På "gymmet" simulerade vi gång i uppforsbacke, rodd i liten eka, slag med stor cymbal, balans på rullande stenar och stämpling vid jättekontroll! Äntligen behövde vi duscha! **Överraskande** var det att många nya VOK-tjejer lockats till den här träffen.

Vid **efterfesten** visade det sig att det fanns både regelbundna motionärer, som bastar och springer vid VOK-stugan, skidåkare, orienterare och orienteringssugna

föräldrar från OL-skolan. Vi åt Taccos med rikligt och gott tilltugg och funderade tillsammans kring kluriga tankenötter, som arrangörerna så småningom redde ut för oss.

Tack så mycket! Det känns avlägset, men var en välgörande och trevlig upptakt som botemedel mot "ladingsdignu".

VOK-LOTTERIET

PROJEKTLEDARE: BERITH HALLGREN

TEL/FAX: 21 89 97

Följande har haft tur i VOK-lotteriets dragningar sedan förra numret:

April:

Nr 22 Lars-Göran Nilsson

Nr 67 Gunnar Pettersson

Maj:

Nr 22 Lars-Göran Nilsson

Nr 72 Christer Starklint

Juni:

Nr 16 Uno Johnsson

Nr 12 Hasse Matthing

Juli:

Nr 09 Torbjörn Spång

Nr 20 Jan-Erik Edmark

Augusti:

Nr 47 Kjell Rosén

Nr 93 Erik Fransson

Idrott för
nytänkare.

NYTT FRÅN STYRELSEN

av Bo Magnusson

Styrelsen har sedan föregående nummer av **Svettbladet**, utöver sedvanlig diskussion angående aktuella frågor från kommittéerna och uppföljning av ekonomin med mera, diskuterat larmning av VOK-stugan. Efter alla inbrott har försäkringsbolaget tröttnat och krävt att larm installeras. Styrelsen har således beslutat att installera inbrottslarm (samt låta den medlem som av misstag utlöser larmet, betala utryckningskostnaden, för närvarande 780:- + moms).

OVERALLERNA HAR KOMMIT!!!

"**Overallerna har kommit!**", skulle vi ropa ut, tyckte **Hasse Mellquist**. Vi skulle dessutom tala om att de kunde hämtas i **VOK-Shopen**, efter kontakt per telefon **279142** med **Birgitta Ekvall**. Det satt inte fel heller att meddela att priset för det fodrade överdraget är **350 kr** (ord.pris: 595 kr) och för träningsoverallen **250 kr** (ord.pris: 407 kr) sedan klubben sponsrat inköpet med hela **20000 kr**. Men säg den glädje som varar beständigt?

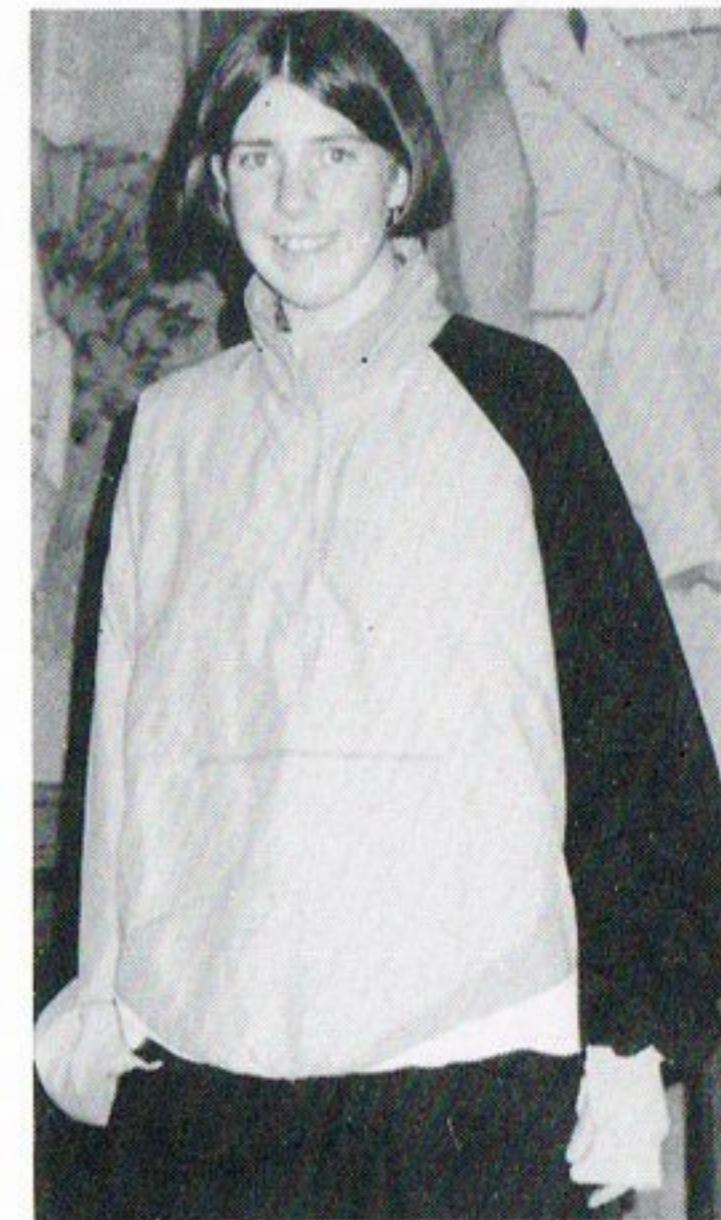
Nu säger han att leverantören gjort en miss i tillverkningen. Man har missat blytlåset i fickorna! Därför ska byxorna återsändas till leverantören för åtgärd.

TÄVLING: VAD TÄNKER KISSEN?

Ja, inte var det många som hade några åsikter om vad kissen tänker – det var faktiskt bara en! Så här skriver **Linnea Gustafsson**:

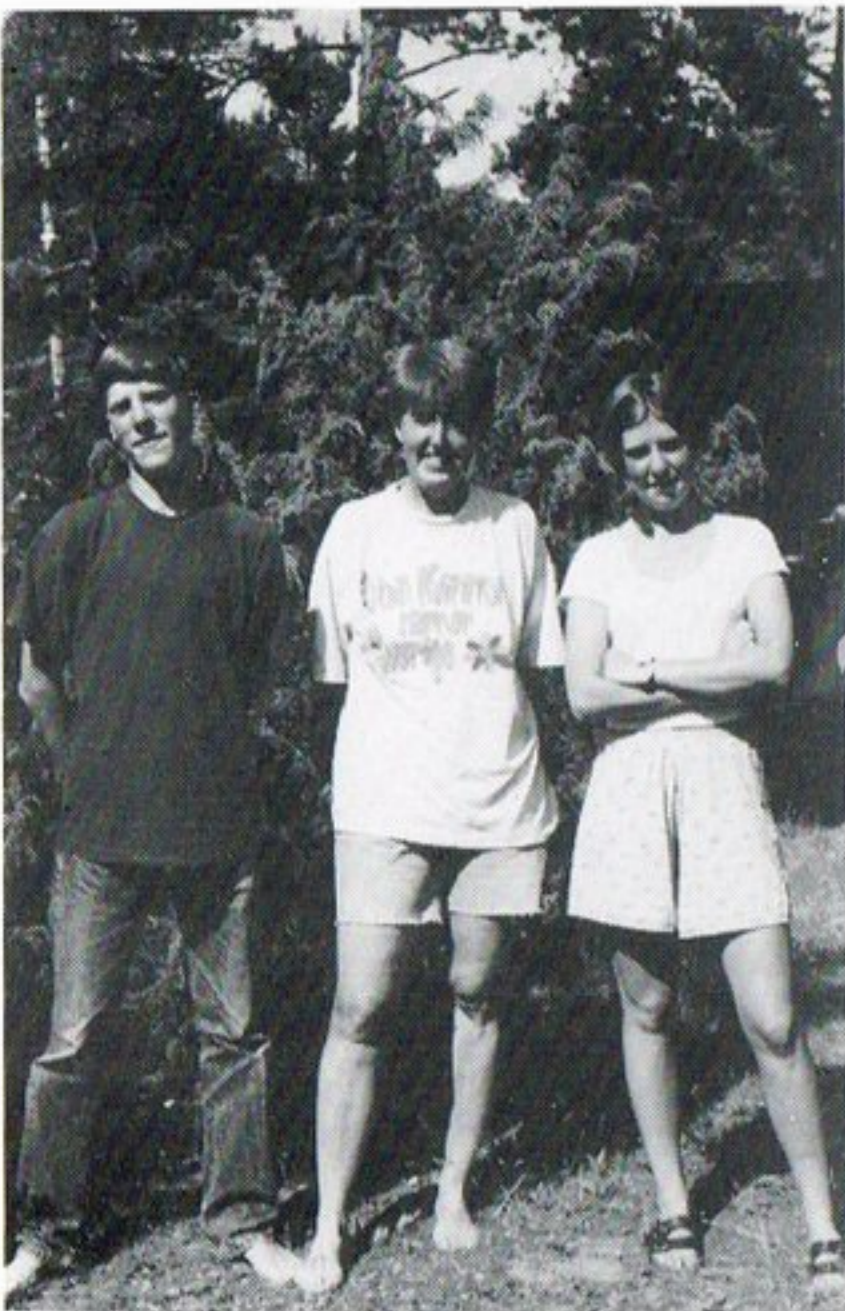
"**Hmm – vad är nu detta? Husse har väl varit ute och stajat i skogen igen! Men jag, jag är klok jag. Jag stannar hellre inne i värmen och beundrar mitt vackra yttre!**"

Härmed utropar vi Linnea till segrare. Hon kommer att belönas med ett pris så småningom – när Husse har hittat hem igen...



Under tiden detta åtgärdande pågår, visar vi en bild på överdraget – med **Ida Bengtsson** inuti. Snygg, va?

Det förtäljs redaktionen att det förekommit trivselsammankomst i form av en mycket välordnad och trevlig bilorientering under våren. Någon rapport har det dock inte kommit "Svettbladet" tillhanda. Vi vill dock inte förtiga att den förekommit – därav denna text.



VOK-FAMILJEN BENGTSSON

av Gunnel Fransson

I Burge i Stenkyrka hittar jag orienteringstrion **Yvonne, Marcus och Ida Bengtsson**. De firar semester och sommar i mormor Gunnels sommarstuga. Hela släkten möts härute och Marcus och Ida kan inte minnas någon sommar utan Burge. Här finns det härliga skogsstigar att springa på, och eftersom kusten är brant, påstår Marcus att han är lika svettig när han tagit sig upp från badet som han var innan. Det låter som en god träningsmiljö med naturliga kontroller, som "havet" och "stugan".

Kanske hade det stannat vid det här om inte Yvonne hade tyckt sig behöva gå ner i vikt. För tio år sedan började hon träna löpning regelbundet för att springa tjejmilen med sin äldre syster. Yvonne fick god utdelning genom viktminskning och upptäckte samtidigt att hon hade en viss talang för att springa fort.

BRA FAMILJESPORT

Syster **Anneli** med familj talade sig varma för VOK och orientering och kusinerna fick med Marcus och Ida på orienteringskurs. Mamma Yvonne är **Mankan** tack skyldig för att hon idag inte bara springer långlopp. Föräldraskolan var ett bra komplement, inte bara för henne själv, utan också för möjligheten till en bra familjesport. Det är det senare som de alla tre framhåller som den viktigaste anledningen till att det till sist blev orientering. Det är också roligt att plötsligt hitta den ovanliga Ardresippan i en glänta eller bra svamp- och bärställen, som de kan återvända till.

SIMTRÄNINGEN GAV VATTENVANA

Marcus och Ida simtränade under flera år, och de intensiva passen i vattnet kolliderade några säsonger. Orienteringen fick ge vika – men sedan blev det för mycket vatten! Numera kan de skämta och skratta åt att det är bra att ha vattenvana också i orientering! Ida minns tredagars i fjol, när hon kom fram till en liten grop, som visade sig vara förvirrande lik en bassäng. Blir det ett nytt "Slugger-VM", så... Under samma Tredagars tog sig Marcus över en sankmark med full fart. Väl över, upptäckte han att han bara hade en sko! Den andra hade fastnat i dyn! Som tur var, hittade han den, men han kan ännu känna hur snopen han blev, och hur kladdig skon var, både utanpå och inuti.

INGEN ORIENTERING I BLODET

Alla tre påstår att de inte har orientering i blodet. Det är nämligen att hitta som de alla har problem med. "Det går inte så bra – men det är kul ändå!" är deras valspråk. Yvonne springer D40 och hon får låta bli att jämföra sig med **Aina** och **Lena**, som alltid är hästlängder före i mål. En lagom målsättning är att komma före syrran **Anneli**, som minsann går spik på kontrollerna, men som tur är, inte så snabbt.

MÖTTE EN ÄLG I DALASKOGEN

Snart är det dags för Götalandsmästerskapen, dit Marcus ska åka. Han och Ida är överens om att det är annorlunda och svårare på fastlandet – med höjddkurvor som krånglar till kartbilden. Ida tänker nog också på när hon första gången skulle springa i Dalarna. Det var fortfarande snö och hon kände sig lite vilsen. Då brakade det plötsligt till i skogen – och ut störtade en älg! Så mycket nytt på en gång – första gången på fastlandet och första gången hon mötte en älg! Undra på att hjärtat klappade extra!

VOK:S BLÅSORKESTER

Yvonne är nyinvald i VOK:s medlems- och motionskommitté – ett uppdrag hon snabbt sa "ja" till, eftersom hon tyckte att hon inte hade gjort något för VOK tidigare och nu var det dags. Kommittén har fester på sitt program, och kanske får vi framöver prov på andra talanger i den Bengtssonska familjen. Marcus spelar Barytornhorn i Gutebandet och Yvonne spelar saxofon i vuxenorkestern. Vi ser fram emot en debut tillsammans med en känd trumpetare i VOK:s blåsorkester!



Det är inte helt lätt för **Yvonne Bengtsson** och **Carina Pettersson** att träna balansen när skrattet bubblar fram...

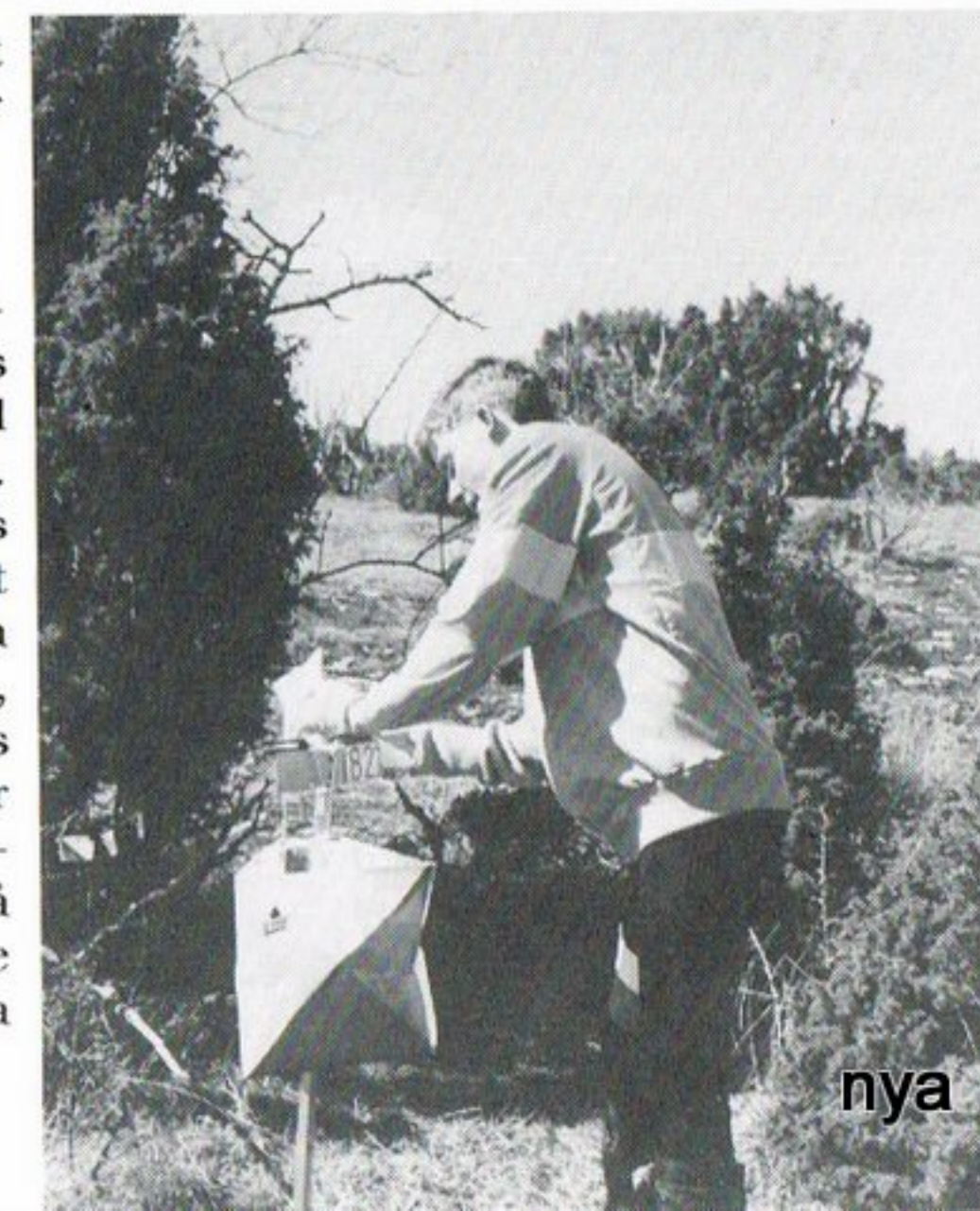
GLÖMDE STÄMPLA VID SISTA!

Yvonne minns sin första tävling, då hon fort och lätt hittade alla sina kontroller, och med starkt självförtroende spurtade i mål. Allt var fröjd, ända tills hon hittade sig själv längst ned på listan med "Felst." Bakom. Hon hade i sin segervisshet glömt att stämpla vid sista kontrollen! Aldrig gör hon om den tavlan!

LIFTPÅLE FÖR UNGDOMARNA?

Marcus och Ida tycker att ungdomssatsningen i VOK är bra, men det är alldeles för få ungdomar med. Hur det ska gå till att locka flera har de dock ingen idé om. En sak är de överens om – det behövs intresserade föräldrar för att få ut ungdomarna. De har inte så lätt att själva ta sig ut till de olika tävlingarna. Yvonne, som arbetar obekväma tider på lasarettets laboratorium, tycker ibland att det är svårt, när hon inte kan skjutsa sina tonåringar. Ringa till någon, är inte heller så lätt, om man är ny i klubben. Kanske skulle en "liftpåle" som på Tredagars vara en bra lösning?

Marcus stämplar vid sista kontrollen





VISBORGS OK

Box 1245
621 23 VISBY

B FÖRENINGSG- BREV

20

BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv avflyttning återsändes försändelsen med uppgift om ny adress.

FRÅGAN?

KLUBBTIDNINGEN

VEM GÖR DEN
BÄSTA
TIDNINGEN
FÖR SIN
KLUBB?

Inbjudan
till samtliga
idrottsföreningar
på Gotland.

Var med och tävla om vem
som gör den bästa, käck-
aste eller nyttigaste
klubbtidningen på ön.



Visst kan både vi
och ni känna oss
stolta? Att klubben
dessutom fick 3000
kronor genom det
stipendium som GI,
GA och SISU delade
ut som pris gör inte
glädjen mindre...

SVARET!



Senaste skärmnytt
via bildskärmen:

"SVETTBLADET"

Ö-IDROTTENS
BÄSTA
KLUBBTIDNING
1996!

ARR:



Ur:

GOTLANDSIDROTTEN * NR 2 * 1997

Senaste skärmnytt via bildskärmen

Svettbladet

ö-idrottens bästa klubbtidning 1996!

nya

Grattis Visborgs OK!

SVETT-



BLADET

UTGIVET AV



JULEN 1997



Vem eller vilka av dessa lovande VOK-tjejer kommer att bli tröjmästarinna någon gång i framtiden?

I det här julnumret av **SVETTBLADET** skriver ungdomskommittén om alla härliga ungdomar i **TJEJLIGAN** som varit på fastlandet och sprungit. Flera av ligans medlemmar spås en lysande framtid! Redan är flera av tjejerna på bilden ordentligt på gång.

SVETTBLADET

Mer eller mindre officiellt organ för Visborgs Orienteringsklubb.

Utkommer tre gånger om året, i mars, i augusti och i december.

Upplaga: Cirka 275 ex = 1 ex/VOK-familj

HUVUDREDAKTÖRER:

(OCH ANSVARIGA UTGIVARE)

Familjen Björn och Gunnel Fransson, Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY. Tel/Fax: 0498/264568.

REDAKTÖRER:

Kommittéledare och alla som blivit ombedda att skriva eller som på alldeles eget initiativ skriver något. Välkomna med bidrag!

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

av Bo Magnusson

Endurotack

Så har vi då klarat av årets Enduro. Såvitt jag märkte löpte det mesta på utan större mankemang. TACK alla som hjälpte till med vår del av GGN, inte minst **Kjell Rosén**, som med frenesi sorterade sopor och fick ihop massor av sopsäckar för särskild transport till återvinningsstation.



Vi lyckades få tre generationer **Mag-nusson** att stå stilla samtidigt på en bild! Från **VOK:s** ordförande **Bosse**, hedersmedlemmen **Mankan** samt en av de som kommer, **Jacob**.

2

Mats Dahlström hade också lyckats med konststycket att få tag på återvinningsbara bestick i trä (inte uppskattat av alla - skämten var många om stickor i tungan mm, men många av matgästerna var väldigt nyfikna var vi fått dem ifrån). Det ekonomiska utfallet är i nivå med tidigare år och ger ett behövligt ekonomiskt tillskott till vår verksamhet.

Hur vill vi ha orienteringsarrangemang framöver?

Idag, presstoppsdatum för **Svettbladet**, har Gotlands Orienteringsförbund haft ledarträff. Många angelägna frågor diskuterades, bl.a. finns tankar om färre tävlingsarrangemang, men desto fler lokala tävlingar av enklare slag, eventuellt med "serietävlings"-inriktning. Avsikten är bl.a. att småklubbarna inte skall belastas så tungt med återkommande tävlingsarrangemang.

Vidare finns tankar om gemensamma fastlandsresor som ett inslag i tävlingsprogrammet, kanske t.o.m med tävlande under en gemensam benämning, "**Gotlands Orientering**" eller liknande. Vi får diskutera vidare i styrelsen och i kommittéerna.

Resebidrag

För kommande resor till fastlandet kommer det att gälla nya regler för resebidrag. Ansökningar skall lämnas via GOF och resorna skall avse tävlingar och planeras och anges innan respektive säsong. Dess-

utom kommer i första hand elit- och ungdomsresor att prioriteras, vilket jag själv tycker är en rimlig prioritering.

Unga ledare

Idrott innebär inte bara tävlingar och träningar. Det finns många fler områden att utvecklas inom. Bl.a. erbjuder Gotlands Idrottsförbund en ungdomsledarutbildning till arbetslösa ungdomar. **Linda Österdahl** kommer under höst-vinter-vår att vara engagerad med framförallt ungdoms- och rekryteringsarbete i klubben. Vi får hjälpas åt med att ta tillvara Lindas engagemang, erfarenheter och energi. Den energin syns för övrigt på några håll i detta nummer av Svettbladet...

Vintern

I förra **Svettbladet** skrev jag om planering inför vintern. Vi har ytterligare närmast oss skidsäsongen och hoppas på och räknar med minst en lika fin vinter som förra året. Som upptakt har Fårölägret klarats av med **Roffa Pettersson** och **Stefan Persson** m.fl. som lägerledare. Tack till er som förberedde och genomförde lägret.

Som förberedelse för kommande skidåkning har vi också börjat röja ordentligt i spåren. När snön väl kommer behövs folk i servering och vallabod. Alla kan göra en insats, och många av er kommer bli tillfrågade om hjälp. Får vi bara snö skall rekryteringsinsatserna intensifieras, och vi bör ha som mål att en stor del av dem som besöker VOK-stugan rekryteras som medlemmar. Även där får vi hjälpas åt att marknadsföra VOK-stugan på arbetsplatser och skolor.

IDROTTSLEDARE

av Linda Österdahl

Efter att ha tagit studenten i somras bestämde jag mig för att ta det lugnt ett år, träna och njuta av livet. Sedan jag insett att det lugna livet inte passade för mig har jag nu börjat på en idrottsledarutbildning. Det är en utbildning för ungdomar mellan 18 och 23 år, som innehåller både teori och praktik. Jag har nu min praktik vid

3

Ord på stig:

"Att gå vilse är att lära sig hitta".
(Swahiliskt ordspråk)

VOK och GUTE, så om någon behöver min hjälp med någon klubbangelägenhet står jag till ert förfogande. **Bo Magnusson** är min handledare i VOK, så ni kan även prata med honom, om det är något.

Teori en gång i veckan

Teori har vi en gång i veckan. Då skall vi gå igenom sån't som:

- * Ledarskap
- * Idrottsmetodik
- * Idrottskador
- * Administration och data
- * Marknadsföring
- * Turismutbildning
- * Etik och moral
- * Arrangemangutbildning



Idén med utbildningen kommer ursprungligen från **Lotta Yttergren**, som nu håller i det hela, tillsammans med **Åke Kalbom**. Den går runt på EU-pengar och målet är att ge en grundutbildning, som sedan blir betydelsefull om man vill fortsätta studera eller arbeta inom ämnet.

Många goda förhoppningar

Med denna utbildning hoppas jag kunna utvecklas både som orienterare och som ledare. Jag hoppas kunna ta tag i framför allt de äldre ungdomarna i klubben, även de som idag näst intill lagt av, och lära dem vad jag lärt mig efter en lång, aktiv karriär inom orienteringen. Jag hoppas att den entusiasm jag känner inför att träna och utvecklas i min orientering kan smitta av sig på dom. Jag hoppas också på en sammansvetsad ungdomsgrupp som kan hitta på saker tillsammans även på fritiden. Vi har ett gäng talangfulla ungdomar. Vi måste bara puffa på dem och ge dem de bästa förutsättningarna vi bara kan för att de skall utvecklas som orienterare.

Jag hoppas på ett lyckat samarbete med klubben.

nya

4 DET HÄNDER EN HEL DEL RUNT VOK-STUGAN

av Mats Dahlström

Björn bad mig att skriva något om vad som händer vid VOK-stugan. Han tror att det finns mycket att berätta om för medlemmarna. Jag tänker skriva om vad som skett, vad som närmast är på gång och vad som planeras framöver.

Installation av inbrottslarm

En stor förändring är installerandet av inbrottslarmet. Som bekant hade vi flera stora inbrott, plus många mindre försök till inbrott, i VOK-stugan. Det kostade oss mycket, dels i pengar, dels i reparationsarbeten/tid. Det var också psykiskt jobbigt för **Sören** att varje morgon, när han var på väg till arbetet, undra: "Vad är det som väntar mig idag?"

Stal blomkrukorna i stället!

Från slutet av oktober 1996 till april 1997 (7 månader!) hade vi sju (7) inbrott eller inbrottsförsök. Nu, 7 månader efter larminstallationen, har vi inte haft något alls! En notering: på morgonen efter det att larmet installerats och buset sett skyltarna, så vågade man inte försöka sig på något inbrott och därför stal man blomkrukorna som hängde på terrassen i stället!

Larmet har snart betalat sig

Räknar vi 2500 kr, som är vår självrisk på försäkringen, så har larmet redan betalat sig självt. Nu kan vi inte räkna så, eftersom inte alla inbrottsförsöken resulterade i att försäkringen fick tas i anspråk. Men om trenden fortsätter, så kan vi räkna så i april nästa år. Vi har nu också förbättrat larmet för er som har nyckel och tyckt att indikeringen varit för svag. Nu blinkar respektive slocknar en kraftig röd lampa, när du knappat in din kod.

En av ledamöterna i **ANLÄGGNINGSKOMMITTÉN**, **Svante Ekvall**, har just varit i diket och letat efter **en bäver**, men hittade bara **en gammal pulka!**

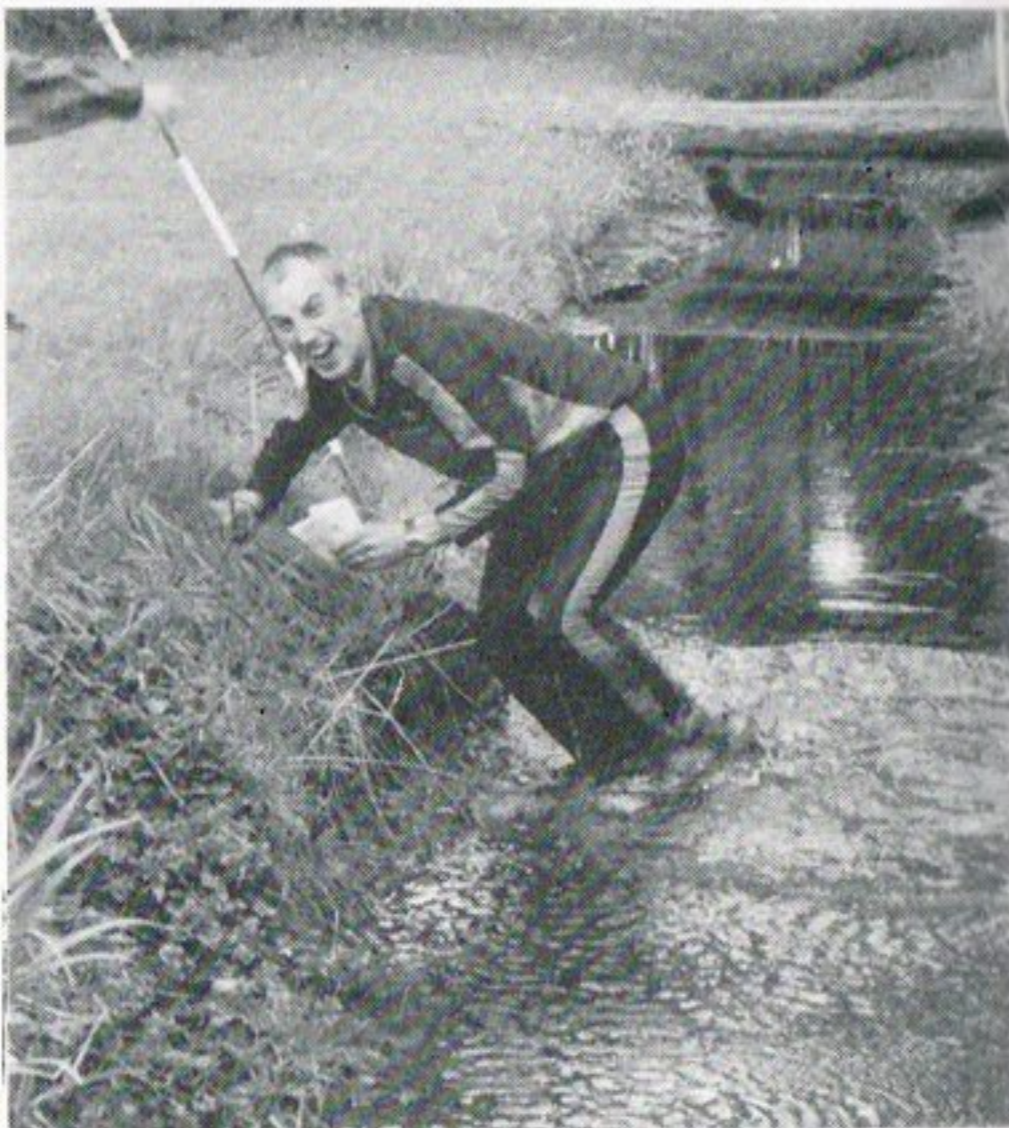
Husen stod med fötterna i vatten

Vi hade en ganska snörik vinter i fjol och när det blev vår med snösmältning, så gick det ganska fort. Av regn och snö blev det mycket vatten, som ville rinna fram genom bäcken/diket framför VOK-stugan. Det gick inte och det blev översvämning. Alla husen stod med fötterna i vatten. Vi byggde vallar och pumpade med läns-pump och försökte på så sätt styra bort vattnet under 2 veckors tid. Det rann mer vatten över broarna än under.

Vi kom fram till att något måste göras åt broarna på sommaren, när diket är torrt, så att man kunde krypa in och inspektera. På 3-dagars och annat, så lät det sig inte göras, men vi kunde ändå lokalisera felet till en plats mitt under stora bron. Nu, den 26 november, är arbetena klara! Tack, **Grevebacks Gräv & Schakt** och **Visby Cementvarufabrik!**

Pulka på tvären och bäverdamm

Felen med bron visade sig vara flera. Det största var en **PULKA**, som stod på tvären



5
mitt under bron och effektivt täppte till mer än halva vattenflödet. Framför pulkan hade det samlats något som liknade en bäverdamm av grenar, löv och annat bråte. Grevebacks gjorde grävningssjobbet gratis åt oss! Cementfabriken sålde kulvertrören för en tredjedel av fullpriset till oss. Arbetet med att lägga rören och fylla igen, har vi gjort själva. Nu ligger det dubbla rader med 50 cm rör för vattnet att rinna i.

Spårröjardag i november

Vi försökte med en spårröjardag den 22 november. Tyvärr kom det inte med i kalendariet, utan bara som en klubbnotis. Meningen var, att vi skulle räfsa undan stora stenar och jämna till litet, samt röja bort buskar och grenar som hindrar snön att komma ner på spåren och sedan ligga kvar. **Agge, Jonas** och **Folke Lindgren** hade lånat **Räddningstjänstens** stora bil med skylift och röjde effektivt ner grenar högt över elljusspåret. Vi kanske ska kalla det för **"Lindgren spår"** en tid framöver?



"Lindgren spår" vill anläggningsbasen **Mats D** fr o m nu kalla Elljusspåret. Det kan han väl få!

Nya försök senare...

Svante Ekvall kom med traktor och vagn, liksom **Gunnar Hallström**. Vi var ett 15-tal, som jobbade med spåren. Dessutom hade **Aina** och **Linda** samlat en hel del ungdomar som bakade pepparkakor, kokte varm korv och fixade kaffe. Elljusspåret blev klart, men vi hann inte runt 7,5:an och 5:an, som vi också började på. Vi kanske kan göra nya försök och slutföra arbetena vid andra tillfällen?

5
Snöskotern har också fått en rejäl motorrenovering under sommaren.

Massor av idéer att förverkliga

Planerna framåt är svåra att berätta om, eftersom det väcker förväntningar, som kanske inte alltid kan förverkligas. Det beror ju på pengatillgången och ofta också på om medlemmarna kan ställa upp och hjälpa till. Herrarnas bastu är dock dålig och måste göras något åt. Vattenförsörjningen likaså. Elförbrukningen är hög och vi borde hitta en väg för att förbilliga den. Idéerna är många – det gäller bara att hitta realistiska vägar. Sedan hoppas vi på en lagom snörik vinter och då skulle vi behöva en ny spårsladd.



Du kan hjälpa oss genom att t ex prenumerera på **Bingolotter!** Prata med **Gurli Hörnell-Rondahl**. Du vet väl att vi i VOK inte har barn som måste springa runt och kränga en bestämd kvot lotter?

Regler för uthyrning av VOK-stugan:

Priset för VOK-are är **150 kr** och för övriga **200 kr**.

VOK-LOTTERIET

Projektledare: **Berith Hallgren**

Tel/Fax: **21 89 97**

Så kan vi presentera ytterligare några glada vinnare i VOK-lotteriet. Vissa månader var det bara en miljonvinst och därmed bara en vinnare i VOK-lotteriet.

September:

Nr 11 **Yvonne Bengtsson**

Nr 39 **Berith Hallgren**

Oktober:

Nr 28 **Björn Fransson**

November:

Nr 98 **Annelie Andersson**

Resten får ni reda på under Luciafesten, som förhoppningsvis är samma dag som du läser detta!

nya



SM-97

Av Linda Österdahl

Som alla öns orienterare vet, finns det en elitgrupp på Gotland. Medlemmarna kan man känna igen på den orange jackan, som de invalda tilldelats mot en underskrift, som binder dem att följa vissa regler, då de bär den. Det är regler som att...

*inte röka eller snusa
inte förtära alkohol
inte...*

Att föregå med gott exempel helt enkelt.

Vad är elitgruppen?

Elitgruppen består av 29 st orienterare från 17 år till 31 år. Än så länge är det bara jag och **Andreas Karlsson** från VOK som ingår i truppen, men jag hoppas och tror på en tillökning inom det närmaste. Vi har ju några med och tränar med olgymnasiet och därifrån till elitgruppen är steget inte så stort.

Gemensam målsättning

Många frågar sig vad elitgruppen är för något? Vad dom gör? Därför tänkte jag ta det lite kort. Elit måste man ha. Den skall fungera som föredöme. Elitgruppen består

Så här vill vi se **Linda Österdahl** - leende och med segerkransen runt halsen!

av Gotlands bästa orienterare. Tillsammans åker de på läger, arrangerar olika saker och har en gemensam målsättning. Målet är att ha satsande juniorer och seniorer i samtliga klasser (H/D 18, H/D 20, H/D 21) och discipliner (natt, kort, lång, dag) Ett annat mål är att ha minst en bland de tio bästa i någon disciplin på SM 98. För att nå dessa mål åker de på tävlingsresor, har olika läger både på Gotland och på fastlandet och, framförallt, åker på SM för att få erfarenhet.

Med i SM för första gången

I år var jag med på SM för första gången och tänkte berätta lite om hur det är för er som aldrig upplevt det. Till SM åker alla bra orienterare. Vem som helst får inte springa. Varje distrikt har en plats i varje klass och resten får söka på sin ranking. Där finns inga ungdomar, inga motionärer och inga äldre. Klasserna som finns är H/D18, H/D20 och H/D21. Det är alltså inte så mycket folk, men de är desto bättre. Det är på SM man träffar på alla som man annars bara läser om i "Skogs-sport".

TC - förbjudet område innan start!

Människorna var det första som förundrade mig. Att man inte fick beträda TC innan start var också nytt för mig. Man åkte direkt till en så kallad samlingsplats där man gjorde sig i ordning, fick nummerlappen, värmdde upp och laddade. När det var dags lämnade man väskan på ett speciellt ställe och gav sig av till förstarten, en start med startklocka som förhindrade folkhopning vid den vanliga starten. Där fick man Renglybrickan och därefter joggade man till den riktiga starten som gick till som vanligt med startklocka även där. När jag sedan kom i mål, stod väskorna och väntade på mig vid duschen.

Bästa sträcktiden - mellan två kontroller!

Min första erfarenhet av SM var mycket förvirrande, vilket gjorde att första disci-

plin, som för mig var natt, inte gick så bra. Jag kunde dock glädja mig med att ha den bästa sträcktiden mellan två kontroller (bäst av alla D20-damer i Sverige). Inte så dåligt va!

Banorna var svåra och motståndet otroligt bra, vilket ledde till att ingen av oss från Gotland hade någon direkt framgång. Men med en erfarenhet till i bagaget laddar vi om inför SM-98 och hoppas på bättre resultat då.

Klubbsatsning inför 1999

Jag tycker att vi i klubben bör göra en SM-satsning inför 1999, då SM-et delvis äger rum här på Gotland. Av erfarenhet kan jag säga att det krävs mycket förberedelse, både fysiskt och psykiskt för att kunna prestera bra på SM. Med våra ungdomar tror jag dock vi kan nå framgång. Vi har många bra 16-åringar som tillsammans kan bli en mycket bra och stark trupp. Vi kanske till och med kan få ihop till ett stafettlag i D18 på Ulla Hau, nästan på hemmaplan. Det tycker jag är ett mål vi bör sträva mot.

RAPPORT FRÅN "SJUKAN" UNDER 3- DAGARS

av Lars-Göran Nilsson



Efter några dagars tävlande i förra sommarens starka hetta och torka, uppstår naturligtvis skador på olika sätt. Att stå i sjukvårdstältet är både spännande och lärorikt - man vet ju aldrig vad som kan dyka upp! Av eget intresse och för framtiden förde jag och mina kollegor **Anita Pettersson**, **Carina Karlsson** och **Meta** statistik över sjukbesöken.

Dominerande första dagen i Hejdeby var stickor och taggar med skavsår på andra plats. Allt eftersom tävlingarna framskred, så kom skavsåren starkt på slutet, trots att många tävlande satte på såväl plåster som plattor. Allvarligaste skadan kom under sista dagen. Det var en kvinna som fallit och fått en fraktur på underarmen.

Nedan följer statistik dag för dag:

Dag 1 på Hejdebybladet:

Totalt hade vi 32 patienter denna dag! De behandlades för: 10 stickor/taggar, 10 skavsår, 7 övriga sår, 2 fotledsvrickningar, 1 hälsporre, 1 nageltrång, 1 huvudvärk.

Dag 2 vid VOK-stugan:

Totalt 50 patienter behandlades i vår improviserade sjukstuga i damduschen. Så här ser statistiken ut: 24 skavsår, 4 stickor/taggar, 3 tejpningar av fotled, 2 fotledsvrickningar, 2 nageltrång, 2 ögonskador, 1 huvudvärk, 1 skada på lilltå och 4 rådgivningar.

Dag 3 vid VOK-stugan:

Hela 60 patienter var någon gång under sista dagen i damduschen. De behandlades för följande: 20 skavsår, 10 övriga sår, 8 fotledsvrickningar, 7 stickor/taggar, 2 huvudvärk, 1 ögonskada, 1 nageltrång, 1 utslag, 1 radiusfraktur (som fick skickas vidare till Visby lasarett), 1 bett, 1 blånagel, 1 tejpning och 6 rådgivningar.

Vi försökte mer eller mindre bota 142 personer under de tre dagarna. Vissa återkom naturligtvis dagligen beroende på den trevliga personalen! (Verkar vara ett bra uppslag till en ny såpopera i TV **nya**-sjukan i VOK-stugans damdusch?!)

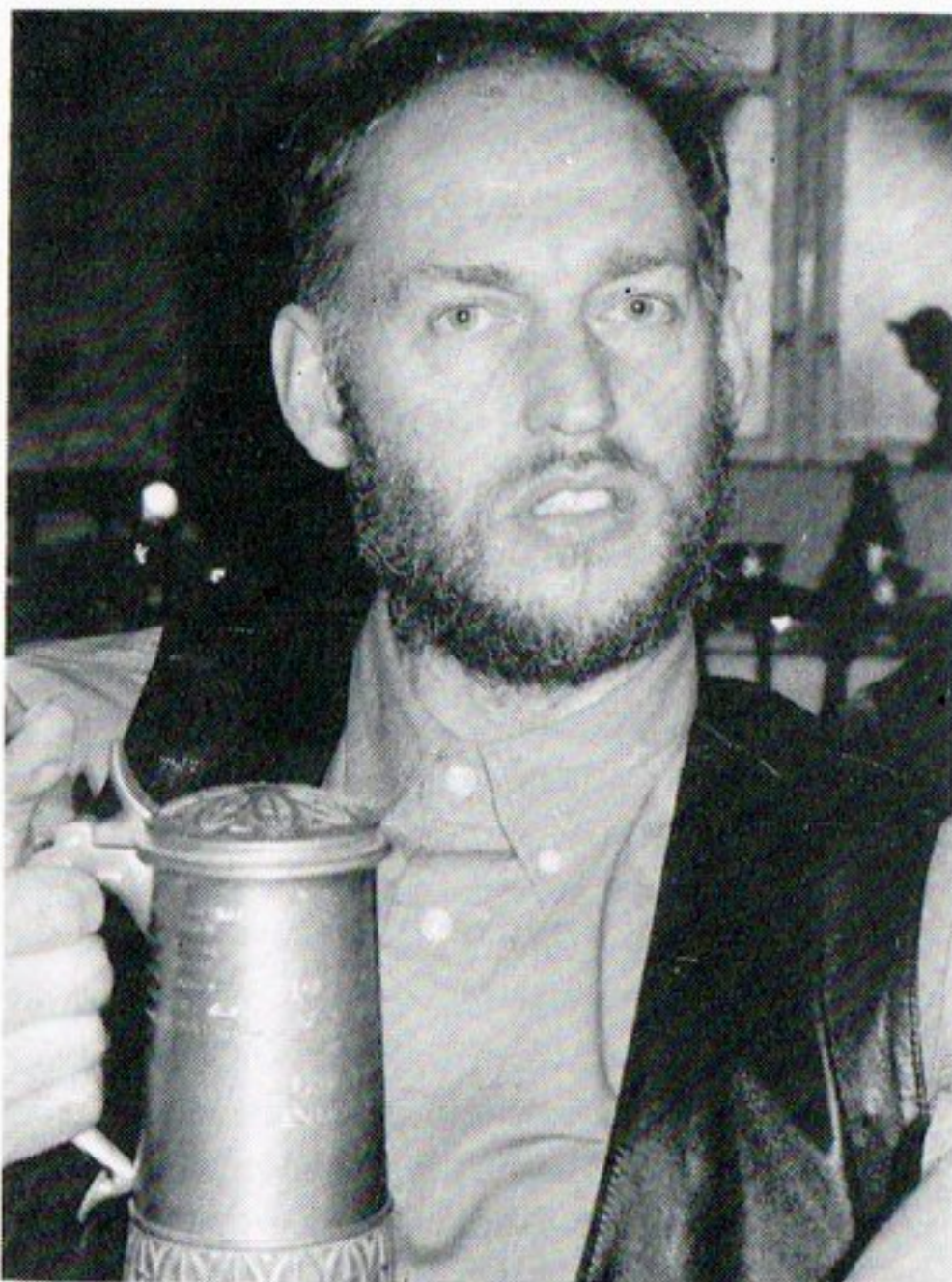
8 WOK-CUP -97

av Hasse Matthing

Mästaren fallen - leve mästaren!

Vår meste mästare, **Nisse Hallgren**, beslöt att inför försäsongen ladda med ett besök i Egypten. Det skulle han inte ha gjort! Väl hemma efter resan var han sig inte lik. Alla vårens tävlingar gick utan att mästaren deltog. Kompisarna i cupen spekulerade. Var det magdansöserna i Kairos nöjeskvarter? Kanske någon Faraobesvärjelse vid något tempelbesök som spökade?

Resultatet blev det väntade. Det blev för tungt att återupprepa segern. Även en så kompetent mästare kan naturligtvis inte lämna en hel säsong i handikapp.



Robert Gustavsson är för närvarande inte bara innehavare av WOK-Cupspokalen. Sedan årsmötet fyller han prisskåpet även med vandringspriset till **"Bästa ungdomsledare i VOK 1996"**.

Den som utnyttjade mästarens frånvaro var **Robban Gustavsson**. Med en bra vår- och en inte sämre höstsäsong, krossade

han sina medtävlare i Cupen. En segerrad som hans har aldrig skådats i Cupens 14-åriga historia, fyra segrar och en andraplats, (trots att han inte deltar på natttävlingarna) och blir sannerligen svårslagen! En ny regel om obligatoriskt deltagande på minst en natt... Generalgrattis till ytterligare en inteckning i WOK-Cups bucklan!

På tal om olyckliga uppladdningar...och annat

- På tal om generalen och hans framfart i årets skogar - egentligen skall man tala tyst om det hela. Efter uppladdning i Texas sågs han springa i lågskor under två tävlingar i våras!
- Sist startande på Norderträffen. Tappar kartan under loppet och då är det minsann inte lätt att hitta vare sig kontroll eller mål!
- Vidare sprang han tillsammans **Mats Dahlström** under Natt-i-natta. Mats har bett mig att inte skriva om de eskapaderna.
- En skadad tå blev resultatet av ett tvåtimmarslopp på Bysen och när sen hälsenan pajade på Höstträffen - ja då tvingades generalen kasta in ~~handduken~~ kompassen detta olyckliga orienteringsår.
- En som var ute ännu längre på Bysen var den f d (?) långlöparen från Vänge, **Leif Andersson**. Han knep dock andraplatsen i sin klass trots att det var mer än 1½ timme fram till segraren. **Guinness rekordbok** har hört av sig - detta måste vara ett rekord av något slag!
- Tävlingsdeltagandet i Cupen har glädjande nog ökat! De 13 mest aktiva har gjort 7 starter i snitt. Speciellt höstsäsongen hade bra deltagarsiffror med höjdpunkt på Höstträffen med 14 cuppare på startlinjen.
- Den flitigaste och den ende som deltog i alla tävlingarna var andremannen i år, **Göthe Dahlberg**. Kepslyftning!

- Roligaste rad var annars **Anders Ols-sons**. Deltog ej på de nio första tävlingarna, och den tionde - utgick!
Tror att Anders som festmästare bjuder på denna karamell - tog revansch och ordnade trevlig avslutningsfest.

Diverse aktiviteter under året

Natt-cup

Som vanligt arrangerades en serie natttävlingstävlingar på kartor nära stan under mars månad. Fler deltagare i fortsättningen! Målet är bl a att få med flera lag på "Lysmasken".

Lysmasken

De som deltog i 1997 års tävling fick vara med om något som troligen går till historien. Ärrade OL-kämpar påstår att de aldrig orienterat i något värre väder! Full snöstorm rådde vid tiden för start. Att sen **Svante Ekvalls** batteri började brinna på ryggen strax före starten kändes helt riktigt i den absurda fars som startområdet utgjorde. Något för bastusnacket i vinter och att berätta för barnbarnen. Tre Wok-Cups-lag ställde upp varav ett fullföljde (sistemannen bar Eccoskor!).

Vårpromenad med våra damer

Wok-Cupen har hittills varit helt stängd för kvinnlig insyn. Ett trevligt undantag



"Här någonstans var det jag såg **Hasse** helt **Matth** och med bara Texaslågskor på fötterna"

gjordes i maj då ett antal spänstiga Wokcupare tog ut sina damer på långpromenad längs kusten. Start i vackert väder vid Ireviken och mål vid generalsstugan i Lummelunda. Den gemensamma förtäringen, från VOK-grillen naturligtvis, blev något fördröjd av **Anders** och **Robban**, som hade vissa problem med vägvalen till målet. Arrangemanget blev uppskattat och får gärna upprepas!

Jaktstart med avslutningsfest

En innovation för året var försöket med **jaktstart** på lördagen efter 2-milen. En försökstävling som arrangerades av Nisse med start vid **"Hallströms mack"**. Via tunnelgenomgång nåddes det hemliga målet. **Ängladamerna** från fjorårets avslutningsfest steg åter ner från sin himmel för att serva gubbarna. Stort tack!

Inför den 15:e säsongen

Ingen deltagare placerades i år på den passiva listan. Alla deltog i minst en tävling. Det är nu två år sedan nya medlemmar valdes in i Cupen. Flera är under observation och chansen stor för att cupen skall utökas med nya medlemmar. Träna nu, lagom hårt, i vinter, gärna på skidor, så ses vi i skogen i vår

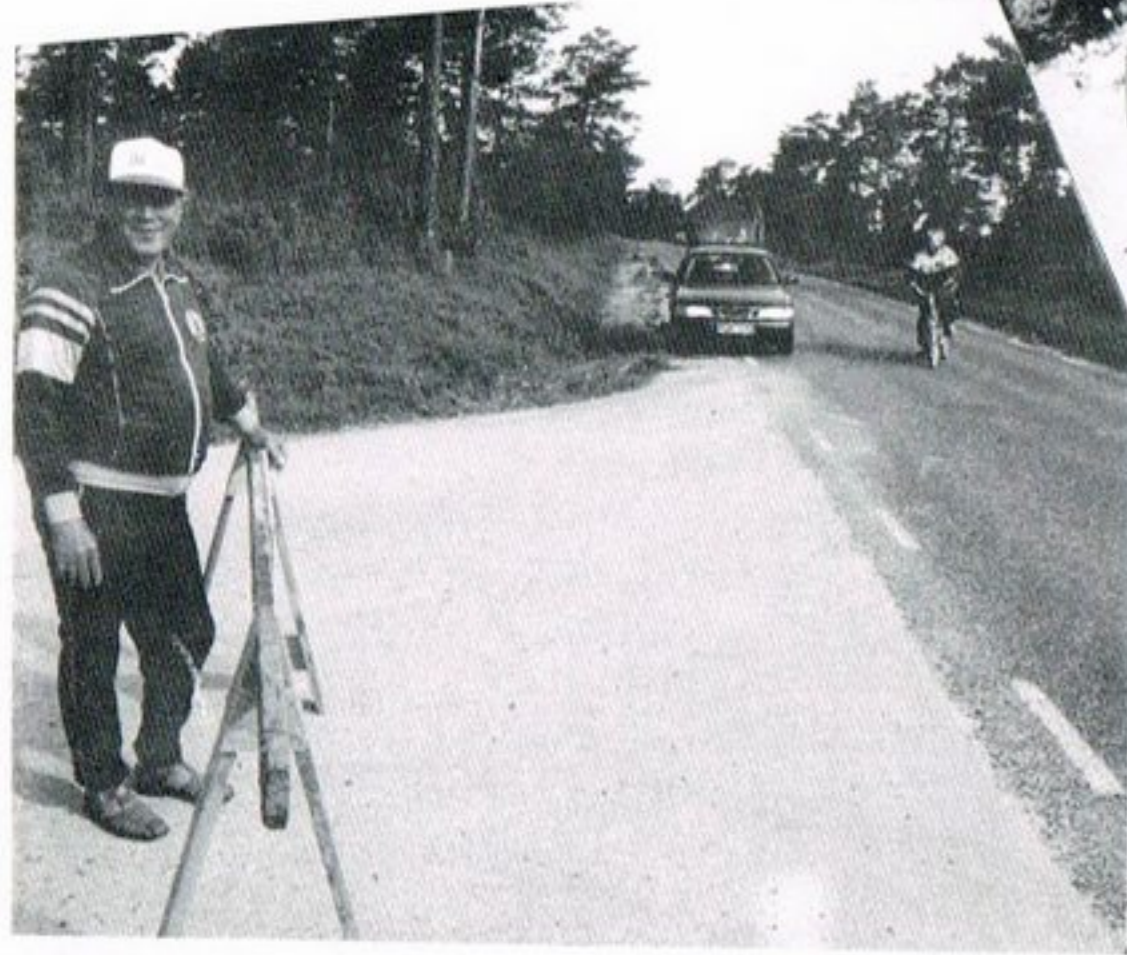
Slutresultat 1997

1.	Gustavsson	Robert	72
2.	Dahlberg	Göthe	62
3.	Hallström	Gunnar	54
4.	Spång	Torbjörn	52
5.	Andersson	Leif	47
6.	Dahlström	Per-Ulf	44
6.	Dahlström	Mats	44
8.	Hallgren	Nils	43
9.	Matthing	Hasse	42
10.	Persson	Sven	41
10.	Lindström	Göran	41
12.	Ekvall	Svante	36
12.	Mellqvist	Hans	36
14.	Nilsson	Lars-Göran	26
15.	Alvaeus	Gunnar	9
16.	Rosén	Kjell	6
17.	Olsson	Anders	0
	Karlsson	Sture	-

nya

OL-SOMMARENS HÖJDPUNKT

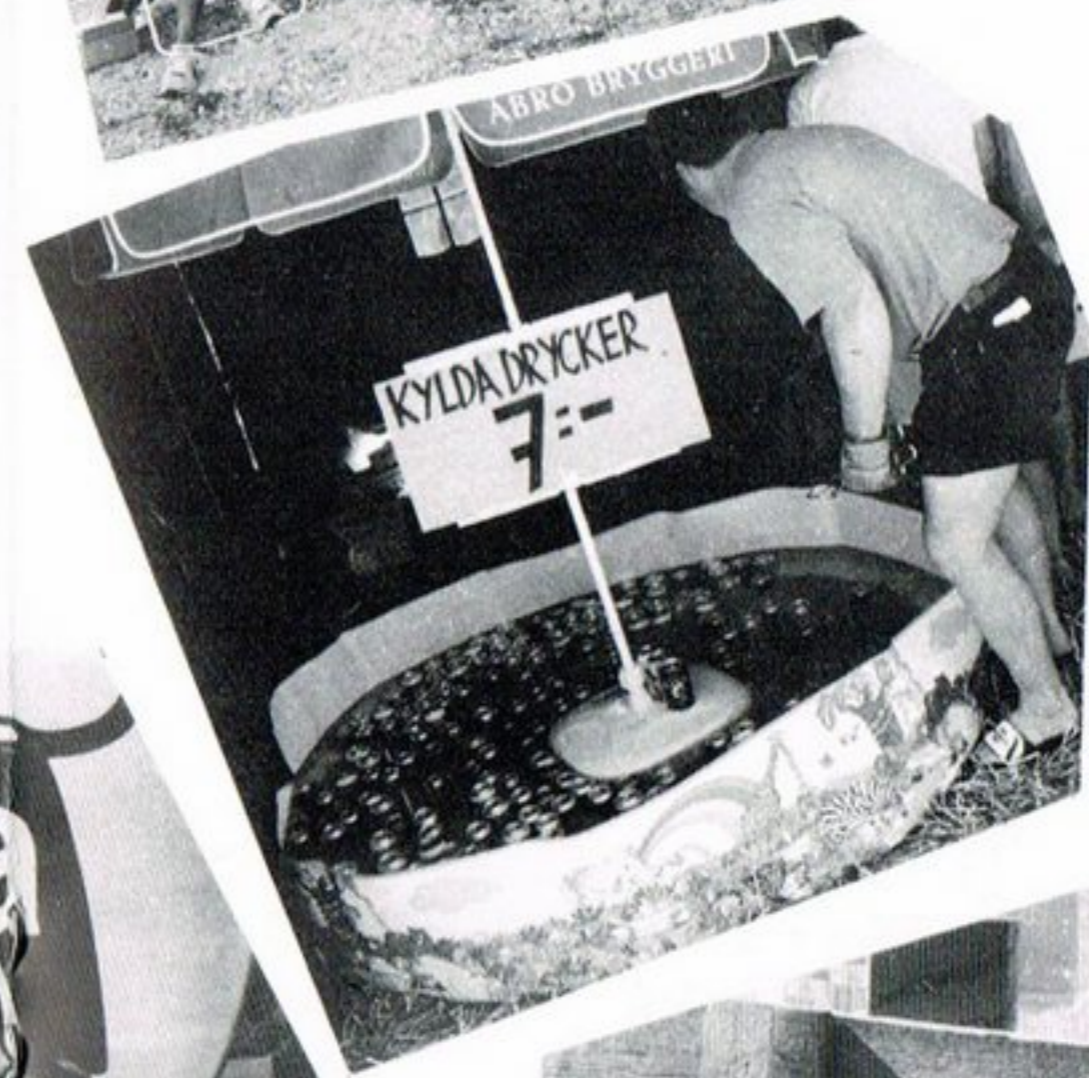
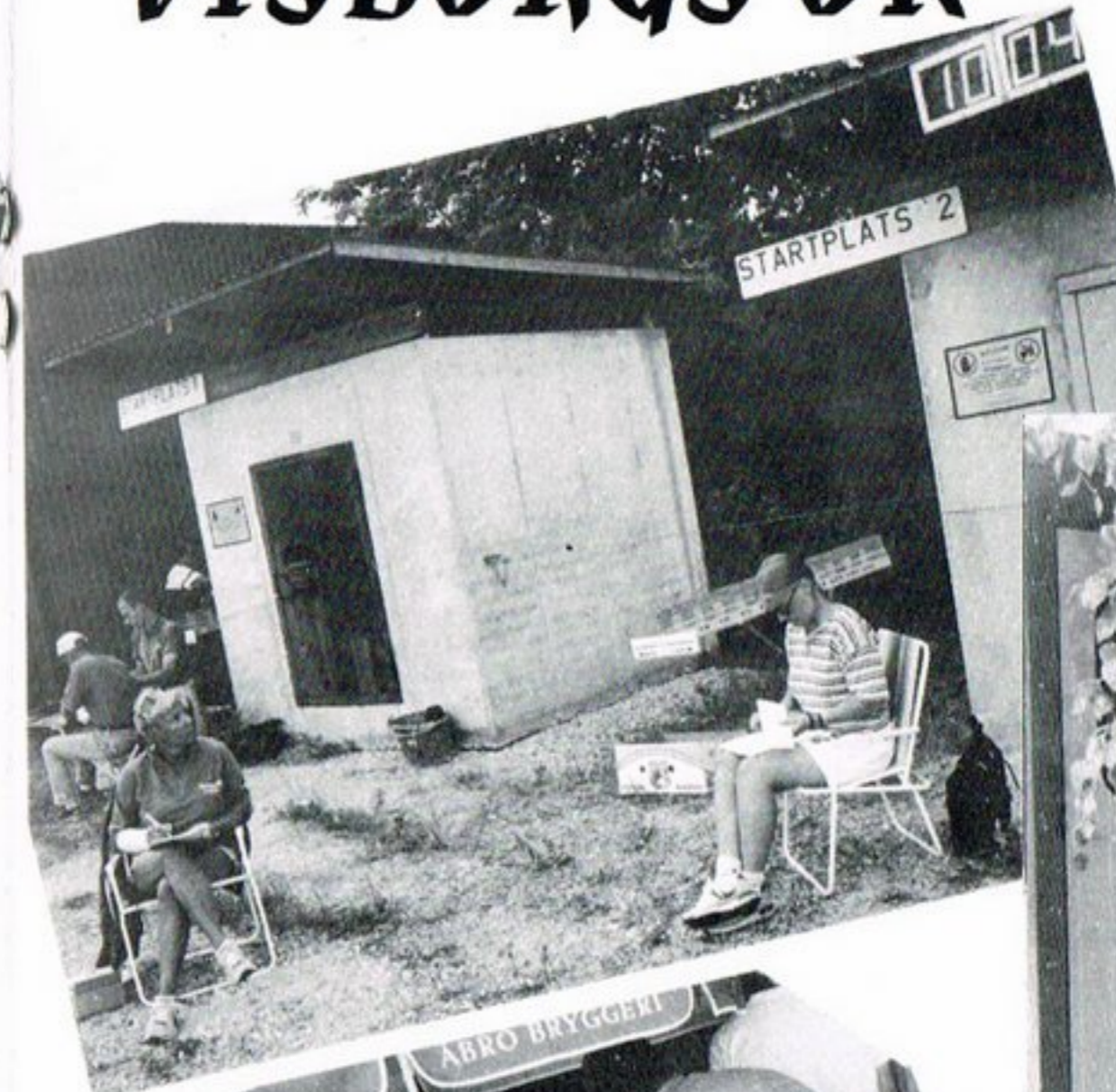
10



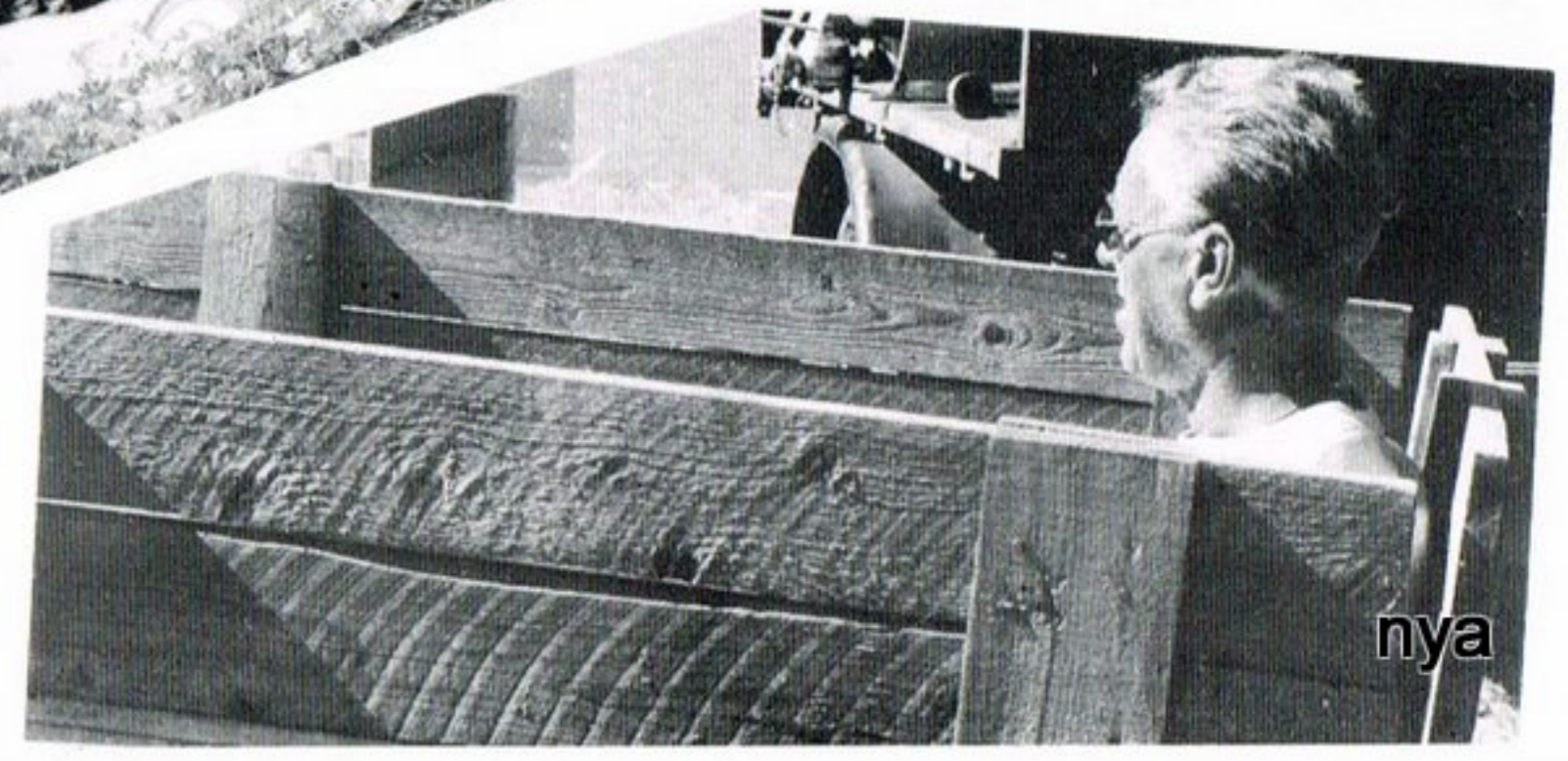
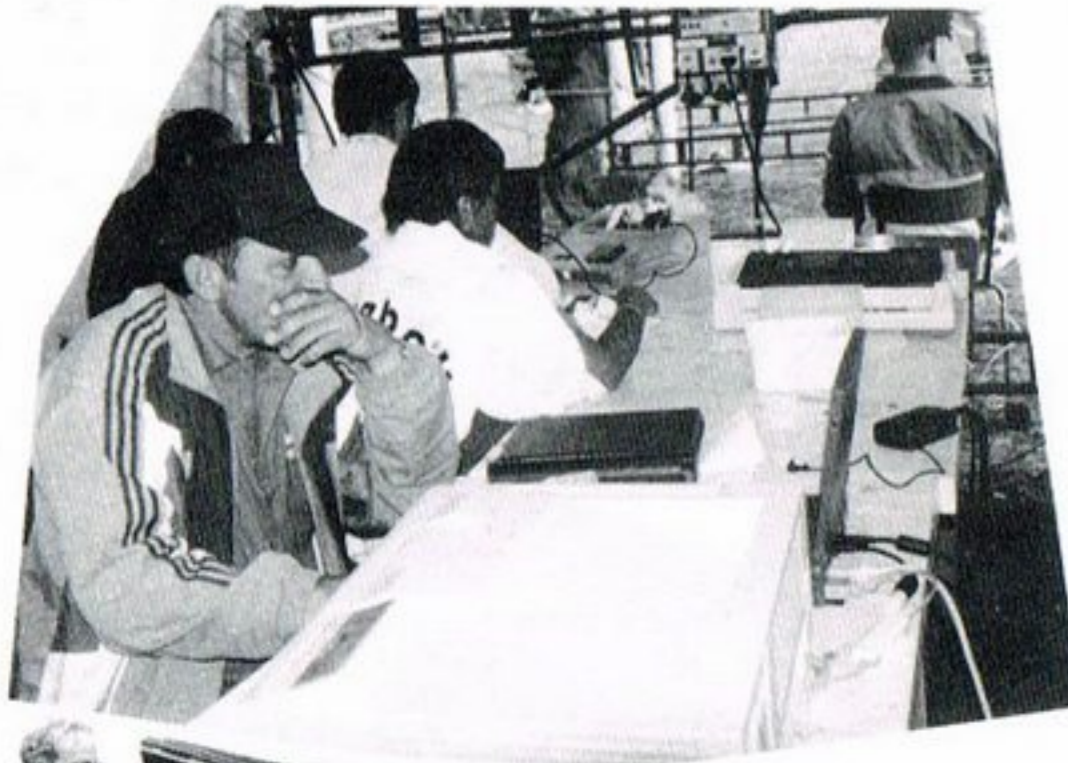
3-DAGARS MED VISBORGS ÖK

11

Idéer och fotografier: Hasse Matthing



Idéer och fotografier: Hasse Matthing



nya

VOK:S TJEJLIGA VAR MED I ÖSTERÅKERKAVELN

av Gurli, Lena och Aina

Klockan 06.15 var det samling vid Hamn-terminalen för ipackning i bussarna. För många var avfärden till fastlandet det stora äventyret. Under den trevliga båt-resan förströdde vi oss med att äta, måla VOK-teckningar, plugga, spela kort och måla naglarna i VOK-frgerna orange och svart – jättehäftigt!

Succé med nya VOK-dressen!

Framme vid OK Ravinens klubbstuga installerade vi oss snabbt och sedan bar det av ut i skogen för att vi skulle få bekanta oss med terrängen och kartan. **Linda** och de stora tjejerna sprang en lite svårare bana tillsammans. **Gurli, Lena, Aina** och de övriga tjejerna sprang och gick en runda tills regnet kom. Då blev det springtävling tillbaka. En härlig syn att se alla tjejerna i den nya VOK-dressen! Tack, **Hasse Mellqvist!**

Efter middagen fick vi besök av **Casper Giding**, som pratade lite taktik och teknik med tjejerna. Därefter var det god natt!

Lotta håller på att gå upp i atomer!

Söndag morgon – med väckning klockan 06.30. Frukost - och sedan iväg genom stan till Österåker. Kl 09.45 var det start för D20. På startlinjen står **My** och **Anna**, som ger sig ut på var sin bana. När båda är i mål, ska **Lotta** springa ut. Kl 10.00 är det start för D12. Nu är det **Linnea U** och **Lisa** som försvinner upp i backen.

Tillbaka till växlingen för att se hur det går för My och Anna. Lotta håller på att gå upp i atomer, när My kommer in strax efter täten, 3.34 efter – suveränt! Hon hamnade i en klunga, som sprang rätt och snabbt. Tyvärr gick det inte lika bra för Anna, så det tog tid innan Lotta fick gå ut.

12

Mycket spring i "bena"

Däremellan kom Linnea U i mål, bara 2.09 efter täten. Det här är tjejen som har mycket spring i "bena". **Kajsa** och **Viktoria** ut på sträcka två. Även där är det inte någon brist på teknik och fart. **Elena** sprang tredje sträckan – nu regnade det ordentligt. Hon var lagom peppad och gjorde ett mycket bra lopp hon också. De hamnade på en sammanlagd 19:e plats av 59 lag, 6.83 efter segrarna.



Elena Österdahl tränar även annat än skrattmusklerna på mamma.

För lag 2 gick det mycket bra för **Therese** och **Lotta P** på sträcka två och **Linnea G** gjorde ett bra lopp i regnet på sträcka tre. Lisa hade otur på förstasträckan och fullföljde inte.

"Var jag där – eller var det där?"

Om D20-laget vill jag bara nämna att det inte gick så bra för de andra i laget, men att de lärde sig en massa i den regniga skogen. Linda avstod från att springa sista sträckan, eftersom alla var genomfrusna och ville hem. Vid eftersnacket hördes: "Var jag där? Eller där?" Och många skrattsalvor, förstås!

Härliga tjejer att resa med – skrattmusklerna har verkligen fått träning!

13

OL-SÄSONGEN 1997 I BACKSPEGELN

av Kaj Wirén

OL-säsongen 1997 blev en mellansäsong för VOK - det brukar det bli när vi anordnar 3-dagars. Tävlingen blev välarrangerad och så bra att vi kan sträcka på oss lite extra. Med detta i ryggen har vi t o m vågat oss på att söka Veteranmästerskapen år 2003. Långt fram i tiden kan man tycka, men SOFT:s planering är långsiktig. Det är bara att hoppas på att vi blir utvalda. Om inte, så söker vi det till vårt 60-årsjubileum år 2005!

Ingen tröjmästare i år!

Hur vi placerat oss i olika tävlingar, framgår av årsberättelsen, som utkommer i samband med årsmötet. Vi fick ingen tröjmästare i år, eftersom **Andreas Karlsson** inte fick tillfälle att försvara sin titel. **10-milalaget** sprack, men grabbarna har lovat att komma igen år 1998. **25-manna** gick sämre än tidigare, men nästa år toppar vi laget och hänger med i täten de inledande sträckorna.

43-kaveln gick över förväntan och gav mersmak, men tyvärr kolliderar den med **Fjäll-OL** nästa år. Antalet **DM-segrar** – 12 st – är något magert, men vi tog 21 st andra- och tredjeplatser, så det finns visst hopp. Bro OK dominerade, men även Svaide och lilla Hansa/Hoburg börjar sticka upp.

5 lag i DM-budkavlens H21!

Det mest positiva med säsongen är att våra fastlandsboende H-21-pojkar håller ihop, tränar tillsammans, peppar varandra, och vill se VOK delta och gärna synas i prislisornas tät i nationella tävlingar. När hade vi senast 5 (!) H-21-lag med i DM-budkavlens och två i Smålandskavlen? Det gläds vi mycket åt och är beredda att stötta på alla de sätt. Tack **Tobias** och **Jonas** m fl. **Kom igen VOK, kom igen!**



Det här så här **Kaj Wirén** vill se det på startlinjen på kommande DM-budkavlar också! **5 (fem!) VOK-lag**, d v s de fem som är längst åt höger. Övriga är utfyllnad...

OL-SÄSONGEN 1998 I KIKAREN

av Kaj Wirén

Ett nytt OL-år står för dörren. När du läser vår förnämliga klubbtidning är det endast cirka 100 dagar kvar till vår premiären, som blir Suderträffen, som vanligt. **Kom igen, VOK-are, ung som gammal! Nya friska tag är vad som gäller!** 1998 skall bli det år då sekunderna är på vår sida. Öka både träningsdos och träningsintensitet med 10% och vi får en rolig och stimulerande säsong.

Hur öka rekryteringen och antalet VOK-are på Ol-tävlingarna?

Man kan säga att vi stabiliserat antalet VOK-are på tävlingarna på en låg nivå, om man jämför med tidigare år. Från ett 80-tal för tio år sedan, är vi nu cirka 40, som regelbundet är med och kämpar i ur och skur, men oftast i sol och värme. Kan vi bli flera? Jo, om vi arbetar på olika sätt!

OL-skolan är den viktigaste rekryteringsvägen. Ungdomarna är inte många, men de vi har är intresserade och framgångsrika.

nya

Låt oss göra ett försök!

Vi har ett förslag till att öka rekryte-ringen till vår fina orienteringssport: Var och en av oss ska under den vinter, som vi hoppas kommer med massor av snö och skidåkning, värva en ny VOK-skidåkare/orienterare. Skulle det bli en hel familj - desto bättre. Om du tänker efter, så finner du säkert någon i din bekantskapskrets som har ett latent intresse för friluftsliv och orientering. Någon som inte vågat (?) anmäla sitt intresse. Vi måste hjälpa dem på traven. Det kunde bli ett lyft för hela VOK med 50-100 nya orienterare. Låt oss göra ett försök!

God Jul och Gott Nytt OL-år 1998
önskar Ulla, Kaj och Margareta i
tävlingkommittén

VOK ÄR SUNT - ÅRET RUNT!**EN PERSONLIG
BETRAKTELSE**

av Leif Andersson

Nu är jag fullständigt övertygad! Jag har tänkt på det i flera år!

Det började för fyra år sedan när familjen blev medlurad till Fårö i november, denna blöta, dystra och deprimerande månad. Vad i hela friden gör man på Fårö i november? Jo, VOK har träningsläger där.

**FBU-lägret som bas**

På senare år har denna begivenhet genomförts med FBU-lägret som bas. Hur kan det då gå till, det hela? Jo, i år till exempel, inleddes lägret på fredag kväll med inkvartering och nattorientering. Tre olika långa banor, lagom svåra, även för de som inte envisas med att irra runt i mörkret och leta kontroller så ofta som det finns möjlighet. Efter bastu och dusch njöt vi av en nattmacka med frisk aptit.

"Sågen" nästa!

Lördagen började med frukost, där en och annan kollade vilken sorts gröt som är dagens gröt. Det är aldrig samma sort två dagar i rad. Ombyte, inlastning och resa till "Sågen". Där splittrades den stora församlingen upp i ett antal olika grupper, som var och en valde en lagom lång bana. Förmiddagspasset bestod av löpning i form av distansträning. Olika slingor, som gick att kombinera på ett oändligt antal sätt, med olika sträckor som resultat.

Rullskidor på eftermiddagen

Efter 11 km löpning, i behagligt samtals-tempo, åkte vi åter till lägret. Lunchen satt fint efter all frisk luft. På eftermiddagen åkte vi rullskidor. En del åkte flera mil, medan andra just höll på att lära sig. Jag åkte till Digerhuvud och där kommer en av de stora höjdpunkterna.

**Obotligt fast för Digerhuvud**

Jag minns för fyra år sedan, då jag blev obotligt fast. En slät vägremsa som slingrar sig genom det karga landskapet, vindstilla, en klarblå himmel och solen över havet bortom raukarna. Det var så vackert att jag fick tårar i ögonen. Stakade raskt framåt, tittade ut över havet, njöt av livet och såg alldeles för sent den uppdykande färsten, lurigt placerad i lätt nedförslut. Vilken praktvurpa jag gjorde! Som tur var fick jag inga bestående men.

Årets upplaga av samma tur var lika vacker, förutom att solen doldes av lätta moln. Tillbaka till bastu och en god middag. Efter maten samlades vi för teori och information och minsann var det inte kvällsmacka även på lördagen! Vilken fantastisk sömn det blir av frisk luft och motion! Natten kunde förstås ha varit något längre...

Festlig löpträning på Ulla Hau

Söndagen bjöd på fint väder igen och vi åkte till Ulla Hau för en festlig löpträning. En mycket sinnrikt konstruerad övning i sandbackarna, som gjorde att alla, oavsett ålder och träningsstatus, kunde bli fullständigt uttröttade. Efter sandbackarna

var det lite intervallträning - så skönt att få sträcka ut benen i avslappnad löpning!

Sista rullskidpasset

Tillbaka till lägret för mat och uppladdning inför sista rullskidpasset. Jag åkte lite kortare än dagen innan, och tur var det, för på hemvägen tog all energi slut - och då menar jag slut! Utanför bastun stod jag och tittade ned på bindningarna och undrade hur jag skulle få av mig skidorna! En sista dusch, sedan återstod det att packa och resa hem.

Ett varmt tack till banläggare, tränare, ledare, föreläsare, slavdrivare med flera, som skapar förutsättning för denna njutning, där alla festliga episoder, oförglömliga repliker och trevlig gemenskap i bastun, ger oss alla oförglömliga minnen.

Himlen består av rullskidåkning och muggstafett!

Hur var det nu jag började? Jo, visst! Jag har blivit fullständigt övertygad: "När jag kommer till himlen, kommer det att visa sig att den består av rullskidåkning på Digerhuvud och muggstafett på Ulla Hau".

ÅNNABODA

av Linda Österdahl

Jag fick tillfälle att åka till Ånnaboda på ett elitläger i somras. Det är ett läger dit två från varje distrikt får åka och tränas av Sveriges elit. Jag och **Peter Falk** blev uttagna från Gotland, vilket jag tyckte var kul. Kan det bli bättre: bra träning, fin terräng, bra tränare och en söt rumskompis.

Började med pass 2 direkt

Lägret invigdes den åttonde juni, samma dag som min studentbal ägde rum. Den ville jag inte missa, så därför kom jag upp en dag senare än de andra. Med håruppsättning och sömniga ögon, fick jag sätta igång direkt med pass två (ett för mig). När jag sedan skulle inkvartera mig, upptäckte jag att jag inte skulle dela rum med Peter. Istället blev jag inskickad i en stuga där redan fyra, för mig helt främmande tjejer, bodde. Lite skrämmande, tyckte blyga Linda.

Många kändisar med

Ganska snart upptäckte jag att alla andra kände varandra mer eller mindre och att alla, eller nästan alla, var mycket bra. Bland dem som var med på lägret fanns bland annat **Greger Tysk**, Bjursås OK, som vann Skogssport Cup i H18, **Oscar Axelsson**, Hestra IF, som kom femma i H20 och **Lina Lilja**, Ronneby OK, som kom tvåa i D18. Men även dom var trevliga och snart kände jag alla.

Varierande träningspass

Tränade gjorde vi två gånger om dagen och passen varierade. Vi hade alltid ett tävlingsliknande pass, medan de andra var konditionsträningar eller test av olika slag. Vi testade till exempel vår hastighet i olika terrängtyper. Då hade de gjort upp en bana som innehöll olika terrängtyper som: stig, skog, sankmark, grönområde, nedförsbacke, hygge och uppförsbacke. Vid varje terrängbyte stämplade man vid en Renglykontroll. På så sätt kunde de räkna ut vilka tider vi hade och dessa fick vi sedan ut så att vi kunde jämföra med varandra.

16

Stressade mycket i början

När vi sprang det tävlingsliknande passet hade vi en efterföljare med oss. Han/hon skulle kolla vilken kartkontakt vi hade, vilka vägval vi tog, hur mycket vi stannade m.m. Han skulle helt enkelt kolla vad man var bra på, och tvärtom, så klart, utan att säga ett ljud till en. Efteråt gick vi igenom banan och fick råd och bannor. Detta lärde man sig mycket på. Man fick lära sig att koncentrera sig på sitt, trots människorna omkring sig.

I början stressade jag upp mig. Första kontrollen på första passet (= dagen efter studentbalen) missade jag tio minuter och min efterföljare bara skrattade och gav mig en ny chans att starta om. Med tiden lärde jag mig att koppla bort honom och göra mitt eget lopp och de sista passen gick mycket bra. Jag och Peter visade att vi inte måste vara sämre än fastlänningarna, trots att vi befinner oss på fastlandet.

Efterföljarna var inga dåliga orienterare, vilket gjorde att deras råd vägde tungt. Vi lyssnade och tog åt oss. Bland efterföljarna kunde vi t ex hitta VM-löparen **Arto Ruotsalainen** från IFK Göteborg samt **Greger** och **Casper Giding**, IFK Lidingö, som båda sprungit i juniorlandslaget och har en del SM-guld i sina prissamlingar.

"Bad taste"-party

Veckan avslutades med ett "bad taste"-party, där man skulle klä sig så fult som möjligt. Jag hade på mig mammas gamla klänning från 60-talet, vilken höll måttet. Här visade det sig vem som bjöd på sig själv, och det stod klart att killarna var bättre på det än vi tjejer.

Lägret var mycket lyckat. Samtidigt som jag skaffade mig nya kontakter lärde jag mig mycket om fastlandsorientering. Det fick mig att tänka till igen och bestämma mig för att ge orienteringen en chans. Det fick mig att inse hur otroligt kul det är, och att fotbollen inte kan mäta sig med det. Därför har jag beslutat att sluta med fotbollen och satsa helhjärtat på orienteringen.

GUNNEL PÅ HEMMABESÖK HOS:

17

VOK-FAMILJEN OLSSON I ENDRE

Det finns en VOK-supporter i Täby! Det är en man som har ett gott öga såväl till Gotland som till skidor och orientering. Flera av oss har träffat honom i skogarna, både på fastlandet och här hemma. Senast visade han framfötterna både på 2- och 3-dagars. **Einar** heter han! Känns han igen? Hur som helst har han stor del i att dottern **Birgitta** och dottersonen **Anders**, med efternamnet **Olsson**, från Endre, är med i VOK!

"Grabben ska ha riktiga grejor!"

När Einar kom med den finaste skidutrustningen till Anders, för han tyckte att "grabben skulle ha riktiga grejer", fanns närmaste skidspår vid VOK. Birgitta var redan frälst motionsåkare på skidor, och nu blev det naturligt att de tog sig en motionsrunda flera gånger i veckan, när det fanns snö.

"Energiske Einar" blev också idol för Anders i orientering. Anders första orienteringstävling genomförde han med en liten leksakskompass från en nyckelring! Att kompassen inte gjorde så stor nytta gjorde säkert ingenting – kompass ingick ju i morfars utrustning!

Mankan som räddande ängel!

Tyvär kom Anders igång under den period då det var få nybörjare i hans ålder i VOK. Han blev därför extra glad när han upptäckte **Tobias Andersson** i sin klass då han började på högstadiet i Roma. Anders minns hur de tävlade mot varandra, lite i bakgrunden av "de stora VOK-grabbarna". En gång tävlade de också i biljard och Anders blev retfullt slagen av Tobias. **Mankan** kom dock som en räddande ängel ... och slog Tobias! Det var en nesa för Tobias, som glädde Anders, trots förlusten!

Cyklade en mil för att köpa chips!

Bäst tyckte Anders om de läger som



ordnades på fastlandet. Han kommer speciellt ihåg ett läger i Oskarshamn då alla deltagare bara hade cyklar som fortskaffningsmedel. Varje dag cyklade de till de olika orienteringsträningarna och hem igen. "Och sen på kvällen" säger Anders, "kunde vi cykla en mil för att köpa en chips-påse! Vilken kondis jag hade när jag kom hem!"

Kondisen har han kvar, trots att han säger sig inte ha tid att träna. Som telegrafist i lumpen får han springa omkring med en sexton kilo tung rulle på ryggen! Det ger styrka, kondition och uthållighet, och uthållig är Anders. "Springa långt är bara att bita ihop", säger han, samtidigt som han funderar på om han skall ställa upp i Lucialoppet.

Ungdomsrepresentant i styrelsen

Anders är ledamot i VOK:s styrelse. En ungdomsrepresentant, som hittills tyckt att "gubbarna" och "gummorna" kommit

nya

med så kloka förslag att han inte har haft något att invända. Fast lite mer marknadsföring i tidningarna tycker han nog det skulle vara. "Syns man inte så finns man inte", lärde han sig när han gick Handels- och Distribution på Säveskolan.

Pappa Allan på bilbesiktningen

När Anders var ett år flyttade familjen till Gotland. En av anledningarna var att pappa **Allan** fick ett jobb på Bilbesiktningen i Visby. Allan är född i Fide, så för honom var det att flytta hem. En annan anledning var att Anders storebror **Björn**, som på grund av ett handikapp inte kunde gå, blev än mer handikappad i en lägenhet på tredje våningen. Snart köpte Birgitta och Allan en tomt i Endre, där de nu bor i eget hus.

Björn - lite svårflörtad med motion

Björn är 23 år och har nyss tagit körkort och har egen bil med automatväxel. I den åker han och hans granne till Korpenbadet varje vecka för att bada och träna. På land går Björn med rollator, men i vattnet kan han ta sig fram utan stöd. Egentligen är Björn lite svårflörtad, när det gäller motion, men ibland kan pappa Allan locka med honom på en promenad kring VOK-stugan eller vid sommarstugan i Fide.



Händig med det mesta hemma

Fast om sanningen skall fram så är intresset för idrott inte så stort hos Allan heller! Björn gillar att koppla elledningar och armatur och Allans intresse är teknik och bilar och han är händig med det mesta hemma. På Bilbesiktningen ägnar han sig åt jobbet att se om säkerheten i bilarna på Gotland - och familjens bilar är inget undantag. Han tycker att de gotländska bilarna överlag är i gott skick. En orsak är de saltfria vägarna, men också att gotlänningarna sköter sina bilar bra.

Allan berättar att bilbesiktningen brukar ha en "avrastning" på våren innan den stora invasionen av husvagnar och motorcyklar kommer. Då åker de ut i endurospåret på Tofta och provkör motorcykel! Han kan intyga att det är tufft - alla backar vågar han inte sig på!

Enduron lika rolig varje år

Birgitta har inte kört motorcykel, utan nöjer sig med att varje år stå i VOK-kiosken vid "tankningen". "Det är lika roligt varje gång", säger hon. När hon kom till Gotland var hon hemma och tog hand om sina pojkar. Björn behövde extra mycket hjälp och Birgitta är glad att hon var hemma när de växte upp. Hon avundas inte de föräldrar som hon ser flänga runt för att lämna och hämta sina barn på skola och dagis.

Idag har hon arbete på kommunens Akassa. Där sitter hon som en levande uppslagsbok för dem som ringer om olika arbetslöshetsbidrag. Det är ett stillasittande jobb, så hon skulle vilja motionera mycket mera, om hon hann det. En gång i veckan går hon förstas på "Friskis och Svettis" på Södervärn. En långpromenad med grannen försöker hon också hinna med.

Tar in skidanmälningar för VOK

Birgitta är en av tre i skidsektionen och hennes uppgift är att ta in anmälningar till skidtävlingarna. Från sektionen kan hon meddela att det finns stora planer på

snö i vinter! Det bådar gott för då kan det bli lättare att få in alla skidlicenser, som också är hennes uppgift. Licensen är en försäkring för alla som tävlar på skidor och ger trygghet om någon skulle skada sig. Det är förstås svårare att motivera till betalning om det blir få skidtävlingar, men går inte att komma ifrån om man har fyllt fjorton år.

Precis som på det ordinarie jobbet, svarar Birgitta på olika frågor kring skidtävlingar, dock inte om vallning! Det överlåter hon till pappa Einar! I vinter kommer ni att få se henne glida fram på vallningsfria skidor. I finfina VOK-spår åker hon i egen takt och njuter av frisk luft och natur. Precis så som det var när hon var barn och Täby ännu mest var skog! Kanske har hon mackor och choklad i ryggsäcken!

DET SKVALLRAS I SKOGEN OM...

att **Visborgs OK** ansöker om att få anordna **Veteran-SM** år 2003. Då har våra nuvarande mycket rutinerade arrangörsveteraner lagt ytterligare 5 år på sina ärrade nackar. Rubrikförslag till "**Skogssport**": "**VOK-veteraner förverkligar Veteran-SM**".



att det är dyrt för samhället att ha bärplockare ute i skog och mark. En massa folk går vilse. Spaningspådragen kostar staten miljontals kronor. "Ta med karta, kompass, kniv och tändstickor, matsäck och termosdryck", uppmanar polisen. "En nalle också - med batterier!", tillfogar de. Tänk vad vanligt folk har mycket att lära av oss orienterare!



varje år går 700 barn vilse i skog och mark, enligt Polisen. Man har nu tagit fram en handbok om pojken Vilse, som heter "**Hitta vilse**". Den lär barn vad de kan göra för att bli hittade om de har villat bort sig. Kanske något för **WOK-Cupen** eller vad säger generalen **Hasse**?

att **Hasse Matthing** var på besök hemma hos **Landshövding Andersson** dagen innan denne aviserade sin avgång. Kan det manne ha något samband?



att VOK:s insats på **25-manna** inte var den allra bästa. Nästa års nummerlapp blir **230**. Svaide/Roma har nr 229 och Bro nr 126. Men vi var i alla fall med...



att den här tjejen, **Linnea Gustavsson**, har fått ett fint pris för sina insatser i skogen. **SVETTBLADET** ställer sig i kön av gratulanter. (Foto: **Rolf Malmros**)



TACK TILL KLUBBEN

från **Linda Österdahl**

Jag vill tacka klubben för det ekonomiska stöd jag fick för att åka till elitlägret i **Ånnaboda** (se artikel på annan plats). Jag hoppas kunna återgälda det genom att föra över den gnista och kunskap lägret gav mig, på några av våra levande ungdomar!



VISBORGS OK

Box 1245
621 23 VISBY

B FÖRENINGSG- BREV

20

BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv avflyttning återsändes försändelsen med uppgift om ny adress.

INNEHÅLL

- Sid 2: Ordföranden har ordet
- Sid 3: Idrottsledare
- Sid 4: Det händer runt VOK-stugan
- Sid 5: VOK-Lotteriet
- Sid 6: SM-97
- Sid 7: Rapport från sjukan på 3-dagars
- Sid 8-9: WOK-Cuppen 1997
- Sid 10-11: Bilder från årets OL-händelse
- Sid 12: VOK:s tjejlga på Österåkerkavlen
- Sid 13: OL-såsongen 1997 - i backspegeln
- Sid 14: En personlig betraktelse
- Sid 15: Anneboda
- Sid 17: VOK-Familjen Olsson i Endre
- Sid 19: Det skvallras i skogen om...
- Sid 20: Sistasidan

Den som sparat på sina **SVETTBLADET** sedan **sommaren 1980** kommer att finna att det är **NUMMER 50** i ordningen! Det kan väl vara värt ett litet "hurr"?

Kalendarium för VOK

Som ni vet kommer nytt kalendarium ut varannan månad. Det är viktigt att alla våra olika aktiviteter finns med. Har ni uppgifter som skall med i kalendariet, tag kontakt med **Sören Thulin, tel 277647** (hem) eller **261162** (VOK-stugan) eller **010-6963022** (mobiltelefonen). (**Bosse M**)



Det blir inte mycket innehåll av direkt julkaraktär denna gång, men en **VOK-LUCIA** vill vi gärna bjuda på - en av många genom tiderna! Och tänk att alla har varit lika söta och väna! En fin tradition, som VOK-arna ser fram emot med lika stor glädje varje år!

Familjen Fransson vill hemskt gärna önska alla VOK-are och även tjuvläsare av SVETTBLADET EN GOD JUL OCH ETT GOTT NYTT ÅR!

nya