

SVETT-



BLADET

UTGIVET AV



VÅREN 2002



Tröjkandidat?

Snart OL-säsong igen! Det är mängder av aktiviteter igång vid VOK-stugan, såväl av OL-skolebarn, tränande VOK-gubbar, partajande VOK-tjejer som av "Slugger-VM-ande" VOK-ungdomar. För att inte tala om alla andra vanliga och ovanliga gotlänningar, som dygnet runt av någon anledning uppehåller sig i Follingboskogarna. Så här skriver **Kaj Wirén** i sin krönika: "Jag tror att VOK kan ta en damtröja redan i år om **Linda Ö** och **Jennie P** skulle satsa på detta. Utöver dem vet vi att flera av våra flickor snart är mogna för riktigt fina bedrifter". Att **Jennie Pettersson** är bra igång visade hon vid årets "Slugger-VM". Efter det genomfrusna loppet såg hon så här oförskämt pigg ut!

SVETTBLADET

Mer eller mindre officiellt organ för
Visborgs Orienteringsklubb.

Utkommer två till tre gånger per år,
dock oftast under våren och till jul!
Upplaga: Cirka 250 ex = 1 ex/familj!

**HUVUDREDAKTÖR (och ansvariga
utgivare):**

Familjen Björn o. Gunnel Fransson,
Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY.

Tel/fax: 0498/264568.

E-post: bjorn@mail11.calypso.net

REDAKTÖRER:

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

GÖRANDEN OCH LÅTANDEN!

av Göran Lindström

Jag börjar med att tacka för att jag fått
förtroendet att inneha uppdraget att
vara föreningens ordförande för verk-
samsåret 2002.

I Thailand kan man inte träna!

Har precis kommit hem från en 2-veck-
ors härlig semester i Thailand. Det är
fantastiskt hur man i dag kan förflytta
sig på bara några timmar från den ena
världsdelen till den andra. I Thailand
höll sig temperaturen runt + 30 grader
och däröver varje dag och när vi kom
hem hamnade vi i en tveksam vår med
lite snöslask och temperatur runt + 3
grader.

"Att förlita sig på sig själv är att fördubbla sin förmåga" (Anonym)

Att träna OL i Thailand, i deras klimat
och natur, är omöjligt. Det blir därför
dags att på en gång ta fram OL-skorna
och försöka komma igång till den nära
förestående tävlingssäsongen. Deltog i
den välbesökta lördagsträningen den
23 mars vid VOK-stugan. **Gurli H-R**
räknade till ca 25 bilar på parkeringen.

Vi är privilegierade!

Måste säga att vi är privilegierade som
har möjligheten att, i stort utan hinder,
kunna dra på oss ett par skor och
sticka iväg ut i skog och mark för att
dra i oss frisk luft och motionera. Så-
dana förutsättningar finns inte i Thai-
land, där vi semestrade. Tror inte jag
vill byta åt mig deras klimat mot den
frihet och rena natur som vi har här
hemma i Sverige och Gotland.

Vintern uteblev - som vanligt!

Måste dock vara lite dyster, om vi ser
till vad verksamhetsåret hittills inne-
burit sportsligt för oss. Vintern uteblev
- "som vanligt". Det började så fint med
en fantastisk skidvecka vid jul och ny-
år, men sedan rann allt bort.

3-dagars blir en OL-höjdpunkt

Vi får i stället glädja oss åt att vi snart
står på startlinjen till säsongens första
OL-tävling. Vidare har vi framför oss
en av årets OL-höjdpunkter, 3-dagars,
där vi själva är arrangörer. Jag vet att
Bosse Magnusson med hjälp av mån-
ga har läget under kontroll och att vi
där kan se fram mot fina arrangemang
och förhoppningsvis många deltagare.

Slutar med att önska alla VOK-are en
framgångsrik OL-säsong!

VISBORGS OK:S STYRELSE OCH KOMMITTÉER 2002

Så här ser listan över alla de som ska
styra och ansvara för VOK:s olika verk-
samsamer under 2002 ut (enligt beslut på
årsmötet 2002-01-26):

STYRELSE:

Ordförande: Göran Lindström, tel 217519

V.ordf.: Kaj Wirén, tel 213719

Sekr.: Gunnel Fransson, tel 264568

Kassör: Ulla Hörlin, tel 277901

Adjungerade:

Birgitta Ekvall (VOK-Shopen), tel. 279142

Björn Fransson (Svettbladet), tel. 264568

Helge Fransson (Webmaster), tel 264568

Orienteringskommitté:

Kaj Wirén, sammankallande, tel 213719

Stefan Hellström, tel 277808

Anki Hallström, tel 277672

Skidkommitté:

Rolf Pettersson, sammankall., tel 296991

Ylva Jacobsson, tel 218141

Göran Bergfasth, tel 277684

Träningskommitté:

Rolf Malmros, sammankall., tel 218635

Ingrid Danielsson, tel 215942

Gunnar Alvæus, tel 219357

Stefan Persson, tel 217598

Ungdomskommitté:

Gurli Hörnell-Rondahl, samm.: tel 213729

Elisabeth Pettersson, tel 277516

Robert Gustavsson, tel 248100

Linnea Gustavsson, tel 248100

Ingrid Eneqvist, tel 276209

Anläggningskommitté:

Anders Ardin, sammankall., tel 216333

Sven Pettersson, tel 277516

Gunnar Hallström, tel 277672

Börje Olsson, tel 264393

Klubb-service:

Sven Uddin, sammank., tel 271207

Iris Carlsson, tel 284664

Yvonne Bengtsson, tel 248139

Pehr Nylander, tel 296169

Klubbens officiella adress är: **Visborgs
Orienteringsklubb (VOK)**, Box 1245, 621
23 VISBY.

Valberedning:

Ingela Uddin, sammankall., tel 248542

Hasse Matthing, tel 212044

Hasse Mellqvist, tel 277939

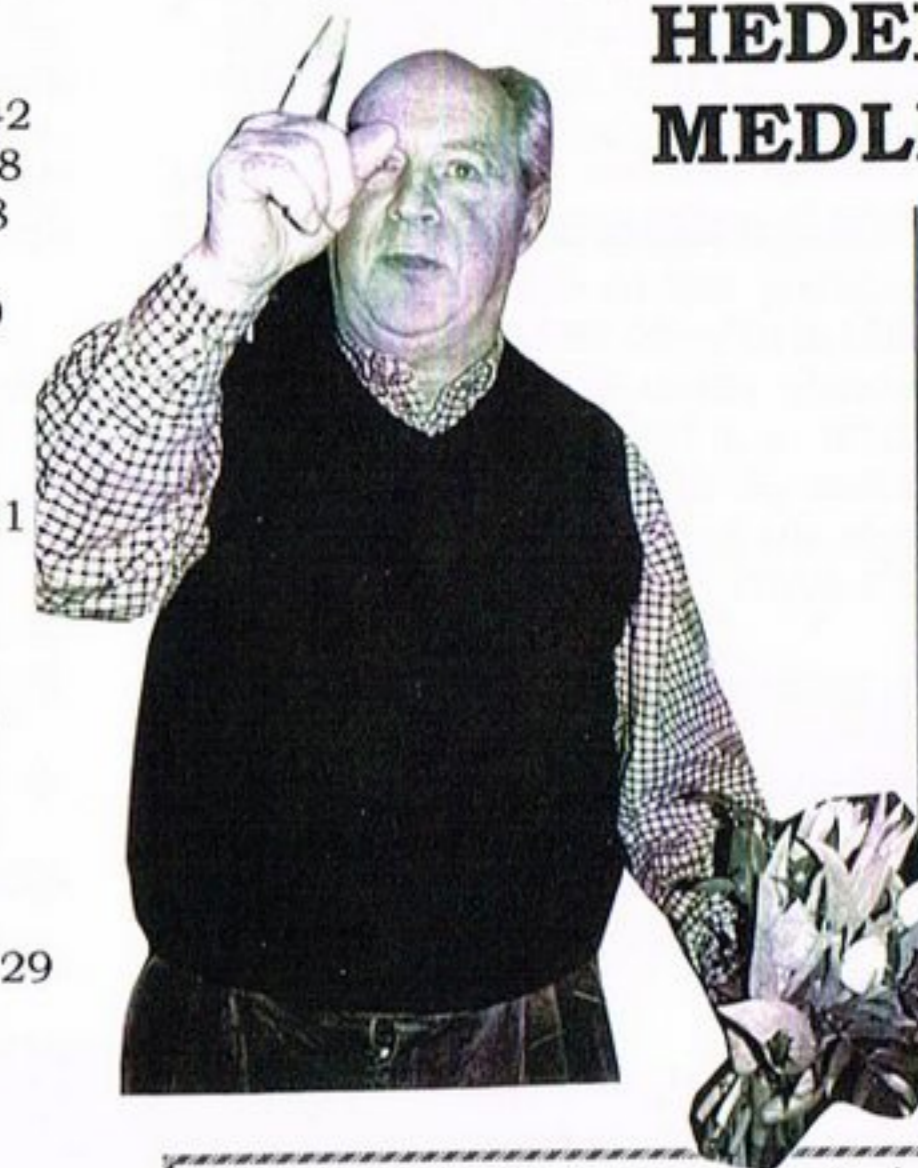
Revisorer:

Olle Gardell, sammankall., tel 271827

Olle Östensson, tel 219391

Bo Magnusson, suppleant, tel 276309

HEDERS- MEDLEM



Vid
års-
mötet
utsågs
**Bengt
Söder-
lund**
till
hed-
ers-
med-
lem i
VOK.

VOK-stugans telefonnummer är inte alltid
lätt att hitta i telefonkatalogen: **26 11 62**.
Vår vaktmästare och "allt-i-allo" **Sören
Thulin** kan även nås per mobiltelefon:
010 - 696 30 22.

VOK PÅ INTERNET:

go.to/visborgsok

MAIL TILL WEBMASTER HELGE:

helge@mail11.calypso.net

Den här listan kan lämpligen användas
som telefonlista på skrivbordet!

HUR KOMMER DET ATT GÅ - ÅR 2002?

av Kaj Wirén

OL-året 2001 faller så sakta i glömska. VOK hade förra året ett riktigt bra år, där 27 vunna DM sannolikt var tidernas VOK-rekord.

Men alla vet vi att kondition är en färskvara. Vi vet att stora framgångar i orientering knappast kan nås utan en god kondition. När ni läser detta är vi mitt uppe i vårsäsongen. Då får vi kvitto på hur konditionsträningen har skötts över vintern.

Hur många felfria lopp gör du?

Men orientering har en dimension till, utöver konditionskravet. Det gäller att finna den snabbaste vägen mellan kontrollerna och att hitta alla kontroller utan tidsförlust. Handen på hjärtat! Hur många felfria lopp gör du per säsong? KANSKE ETT ELLER ETT PAR?

Säsongen 2002 kommer många av oss att springa kanske 20 tävlingar och lika många träningstävlingar. 40 gånger cirka 10 kontroller ska besökas! 400 möjligheter att "bomma", men visst är utmaningen att pricka rätt på alla 400 mera stimulerande - eller hur?!

Vad är då hemligheten bakom ett felfritt lopp?

Ett talesätt lyder: "Tankens skärpa vid kroppslig möda". Tycker att det passar bra in här. Ju bättre tränad man är, desto snabbare och bättre löser man de orienteringsproblem man ställs inför. Trötthet leder ofta till misstag och onödiga chansningar. Tekniken att ta kontrollerna på rätt sätt, det vill säga utan tidsförlust, måste övas upp genom träning och återträning. Men teoretiska diskussioner om vägvalsalternativ och löphastighet i olika terrängtyper, jämfört med tidsvinnande väglöpning, gäller särskilt de löpstarka,

ger ofta svar på vilken taktik som är den bästa. Lycka till med din orienteringstaktik!

Tar vi någon tröja i år?

Jag tror det, om **Andreas N, Magnus G** och **Stefan P** ställer upp i alla DM-tävlingar. Skulle dom missa så tror jag att VOK kan ta en damtröja redan i år om **Linda Ö** och **Jenny P** skulle satsa på detta. Utöver dem, vet vi att flera av våra flickor snart är mogna för riktigt fina bedrifter.

Något om våra kommande arrangemang:

- ❖ **2002** - Vårträffen, Sprint-DM, 3-dagars, WOK-gryta
- ❖ **2003** - Vårträffen, Lillkorpen, Veteran-RM, Natt-DM och Dag-DM
- ❖ **2004** - Vårträffen, WOK-gryta
- ❖ **2005** - Vårträffen, 2-dagars, Kort-DM, Budkavle-DM, WOK-gryta
- ❖ **2006** - Vårträffen, 3-dagars, WOK-gryta
- ❖ Härutöver flera serietävlingar m m varje år.

Ju fler som engagerar sig - desto lättare blir jobbet!

Som ni ser är det fullt med arrangemang som ska genomföras. Det kräver stora insatser av oss alla. Ju fler som engagerar sig, desto lättare blir jobbet, Just detta är styrkan med VOK i dag - något som vi hoppas ska leva vidare. Arrangemangen ger oss pengar som vi behöver för att kunna arbeta vidare med satsningen på vår ungdomsverksamhet med orientering och skidor som huvudgrenar. Kanske vi ska bredda oss och finna fler verksamheter? Eller är vi nöjda som det är? Kanske våra ungdomar har nya idéer?!

Lycka till under OL-året 2002!

"Om du inte tar hand om din kropp, var ska du då bo?" (Peggy Ayala)

DET HÄR ÄR VISBORGS OK!

Inom Visborgs OK vill vi arbeta med att ge medlemmarna möjlighet att utvecklas socialt och idrottsligt genom samverkan, samarbete och samvaro.

Som medlem i Visborgs OK får Du möjlighet att:

- ❖ Träna och/eller tävla i orientering och/ eller skidor.
- ❖ Delta i klubbens familjeläger, träningsläger och tävlingsresor till fastlandet.
- ❖ Vara vid VOK-stugan och i egen takt springa /åka skidor i spåren eller i skogen.
- ❖ Duscha och bada bastu.
- ❖ Delta som ledare för barn, ungdomar och vuxna.
- ❖ Aktivt arbeta vid klubbens tävlingar eller andra arrangemang.

Som medlem får Du:

- ❖ Kalendarium över klubbens aktuella verksamhet.
- ❖ Klubbtidningen **Svettbladet**.
- ❖ Inbjudningar till Orienterings- och Skidtävlingar.
- ❖ Information om vad som händer i klubben.

Läs också alltid notiser under rubriken "Klubbmeddelanden" i **Gotlandspressen**.

Medlemsavgift

Familj	300 kr
Enskild 18 år och äldre	150 kr
Enskild 17 år och yngre	100 kr

Tävlingsavgift

Orientering	400 kr (20 år och äldre)
Skidor	200 kr (20 år och äldre)

Medlems- och tävlingsavgifter inbetalas på **postgiro 18 80 11-1, Visborgs OK**.



Två av klubbens framtidslöften inom orienteringssporten, **Linnéa Ud-din** och **Linnea Gustafsson** fick vid årsmötet ta emot stipendier ur **Mankans Minnesfond**.

VEM BESÖKER VOK-STUGAN?

Vem besöker VOK-stugan? När görs besöken? Varför befinner sig folk ute i Follingboskogen – långt bort från alla andra mänskliga aktiviteter?

VOK:s styrelse har beslutat att genomföra en enkät för att undersöka vilka kategorier människor som under dygnets alla timmar och årets alla dagar befinner sig i och vid VOK-stugan. För att resultatet ska bli rättvisande, är det viktigt att så många som möjligt fyller i enkäten. Tyvärr är det många som kommer i bil, gör sin aktivitet och sedan åker direkt hem. De nås därför inte av budskapet.

Styrelsen funderar nu på hur man ska få fler besökare att fylla i nedanstående blankett. Kanske kan du, som redan är medlem, hjälpa till, när du ändå är där ute? Du kan t ex fråga alla du möter, om de har fyllt i enkäten, ja, du kan till och med ta en lapp och se till att den blir ifylld!

Kanske kan du på det sättet värva en ny medlem? Resultatet av dina ansträngningar kan också komma att användas vid kommande kontakter med sponsorer och med Gotlands kommun.

Enkäten ser ut så här:

Besöksfrekvens vid VOK-stugan Enkätundersökning våren 2002

Visborgs Orienteringsklubb är en ideell förening som drivs med hjälp av medlemsavgifter, medlemmarnas ideella arbete och vissa kommunala bidrag.

VOK-stugan och dess omgivning är för många ett rekreations- och träningsområde som kan utnyttjas på olika sätt. Styrelsen i VOK vill med den här enkäten få en bättre bild av hur byggnader och spår används. Styrelsen tackar för Ditt deltagande och önskar Dig fortsatt välkommen

till anläggningen!

➤ Hur ofta besöker Du VOK-stugan?

- En gång per år
 En gång i månaden
 En gång i veckan
 Flera gånger i veckan

➤ I vilket syfte besöker Du VOK-stugan?

.....

➤ Vilka/vilken del av anläggningen använder Du?

- VOK-stugan
 Omklädningsrum
 Dusch
 Bastu
 Vallabod
 Utegrill
 Spår
 Annan.....

➤ Är du medlem i VOK?
 Ja Nej

➤ Vilket år är Du född?.....

➤ Till Dig som inte är medlem i VOK:
 Jag brukar motionera vid VOK-stugan och vill gärna bidra till underhållet genom att bli stödjande medlem i VOK.

Namn:

.....

Adress:.....

.....

Tel:

Tack för din medverkan!

EN MARSHELG VID VOK-STUGAN

16 mars	Lördag	OL-skola 10.00 VOK-stugan. Trän-OL 13.00 VOK-stugan 3-dagarsmöte 16.00 VOK-stugan Tjejfest 17.00 VOK-stugan
17 mars	Söndag	Slugger-VM 12.00 VOK-stugan

Det ni ser här ovan är ett utdrag (med tillägg) ur **VOK:s kalendarium för mars 2002**, förtjänstfullt sammanställt och utskickat av VOK:s vaktmä-

are och "allt-i-allo" **Sören Thulin**. Och då har vi ingen aning om vilka övriga aktiviteter som enskilda gotlänningar, föreningar och klubbar av olika slag har kallat till! Självt träffade jag på söndagen ett gäng fotbollstjejer från Dalhems IF, som skulle träna i våra motionsspår.

Vi berättar i det här numret av **SVETTBLADET** om några av de aktiviteter, som anordnades vid VOK-stugan denna ganska "staräuriga" och blåsiga helg i mitten av mars 2002.



En marshelg vid VOK-stugan...

Vid målet för en av aktiviteterna, **Slugger-VM**, syns några av deltagarna och längst till höger arrangörerna, **Rasmus Gustafsson** och **Helge Fransson**.

*** NÅGON INNEHÅLLSFÖRTECKNING... ***

... fick vi inte plats med denna gång! Stort tack till alla er, "ingen nämnd och ingen glömd" som bidrog till ännu ett, som vi hoppas, innehållsrikt nummer av vår klubbtidning, **SVETTBLADET**.

OL-SKOLAN SAMARBETAR MED FRILUFTSFRÄMJANDET

av Gunnel Fransson

OL-skolan har börjat

Nu är det dags igen! Vi anar våren – och då startar orienteringsskolan!

Gurli och hennes medhjälpare fanns på plats den lördag i mitten av mars, när solen skulle skina och alla skulle tycka att det var härligt att det äntligen var dags. Istället för snöflingorna i luften och "marsgaisten" kändes i märke och ben. **Robban** hade gjort tre små slingor kring VOK-stugan där deltagarna fick bekanta sig med många olika orienteringstecken. Tre av OL-skolans tolv elever hade trotsat vädret och för dem var det gott att få komma i torra och varma kläder efter den tuffa starten.

Utbyte med Friluftsförbundet

Till OL-skolans start kom också fyra ungdomar från Friluftsförbundet tillsammans med sin ledare **Ulrika Wesley**. Gurli och jag har under förvären tagit kontakt med föreningen för att få till ett utbyte. I Friluftsförbundets program ingår orientering och därför kan kontakten vara fruktbar inför framtiden.

De fyra ungdomarna, två flickor och två pojkar, tycktes vara av den rätta sorten, som Gurli uttryckte det. De var inte rädda för att det var dåligt väder och glada åt att få utforska skog och mark via kartan. Att få springa genom vatten tycktes vara en häftig upplevelse.

"När gör ni det och hur gör man?"

En av flickorna upptäckte dammen bakom VOK-stugan och när Gurli berättade att det var ett bra ställe för träskfotboll gjorde hon stora ögon. "När gör ni det och hur gör man", undrade hon. När Gurli berättat att OL-ungdomarna brukar spela fotboll där, när det är läger, sprang hon till sin pappa och ropade: "Hit vill jag komma på läger!"

Den närmaste fortsättningen på utbytet mellan VOK och Friluftsförbundet är planerad till **den 5 maj**. Då är OL-skolan inbjuden till Visby lokalavdelnings familjedag. Programmet innehåller bl.a. paddling i kanot! **Boka in den dagen** – mer information kommer senare via ungdomsgruppen.

Nyhet!

Ungdomsgruppens nyhet under våren är att **varje måndag kl. 17.30** samla intresserade ungdomar till orienteringsträning i utkanten av stan. Samtliga ungdomar på söder i Visby kommer att få en inbjudan i postlådan. På ena sidan finns den karta de kommer att springa på och på den andra en inbjudan. Samlingspunkten kommer att vara vid busshållplatsen, korsningen Styrmansgatan – Pilhagsvägen. Första gången är **den 8 april** och sen alla måndagar fram till Lillkorpen.



FRILUFTSFRÄMJANDET

Om Friluftsförbundet

Friluftsförbundet på Gotland har verksamhet året runt med många olika aktiviteter. De ordnar bl.a. vandringar på olika delar av Gotland, stavgång, bassångbad och läger. Åldersmässigt delas deltagarna in i "skogsknappar", som är de allra minsta, "skogsknytt", "skogsmulle" – de mest kända, "strövare" och "frilufare". Om man är intresserad av att åka skridsko kan man bli "skrinare" och får då vara med i föreningens aktiviteter på is.

Du får veta mer om Friluftsförbundet om du går in på deras hemsida: www.friluft.se/visby



ÅRETS TJEJFEST – EN HYLLNING TILL VOK-MAMMORNA

av Gunnel Fransson

Under att antal år har "tjejerna" i VOK startat orienteringssäsongen i mars med en lagom mjuk och inspirerande träningsträff. Årets tjejträff var som en enda stor hyllning till "mammorna" i klubben från den tjejlga som är VOK:s stolthet och hopp! Efter en sådan start förpliktigar det till att ligga i!

Tjejträff med stort "T"

VOK-stugan låg öde och tom den lördagskväll i mars när vi anlände till "Tjej-träff" med stort T. Bara några marschaller och ett litet brev skvallrade om att något var på gång. Vi som kom först förstod av brevet att vi skulle bli sexton stycken och att vi inte fick öppna brevet förrän alla hade kommit. Visst var det lite likt ett TV program?

Fångar utestängda från VOK-fortet!

Efter en stunds huttrande kunde vi räkna in sjutton(!) personer och då tyckte vi att vi hade uppfyllt första målet med råge. I brevet låg en karta med kontroller och en uppmaning att hitta en nyckel vid någon av kontrollerna. Vi var fångar utestängda från VOK-fortet!



En radikal "mamma" rev sönder kartan och i ett huj var vi utspridda för att hitta första nyckeln! Den låg inte långt bort, som jag trodde, utan hittades av mamma **Anneli** i en helt annan riktning. Nyckeln gick till valboden, där vi förstas trodde att vi skulle få göra i ordning skidorna inför nästa säsong.

Hitta lapp i mjöl

Men, i vanlig god Gundestil, handlade nästa uppgift om att hitta en lapp i ett antal tallrikar med mjöl. Lappen skulle hittas med munnen, men först efter att var och en hade tagit ett bett av ett äpple i ett spann fullt med vatten! Trots att vi avvärdade den värsta vätan, såg vi ändå ut som "mammor i ansiktsmask" innan vi på lappen kunde läsa att det var dags för "Moder Mora"!

Moder Mora, gift med Fader Fara?

Moder Mora, förmodligen gift med Fader Fara, grillade oss under oändlig tid med kluriga gåtor som gick över "mammornas" förstånd. Vi straffades med



"Mammor borde hyllas av jordens alla folk. För alla jordens ungar jag gör mig nu till tolk.

Men mamman borde hylla vartenda barn jag tror. För om de inte funnits hon hade ej blivit mor!"

av Jenny Kart

nya

"irländsk julafton", vilket inte gjorde saken bättre. Till slut lyckades en gissning och vi fick äntligen nästa uppgift. Nu hade det blivit mörkt och vi skulle hitta påsar med okänt innehåll på ett område i skogen. Tack vare vår sjuttonde medlem, **Torun**, och kanske någon glasögonförstärkt mamma, hittade vi fem påsar - innehåll: ansiktsmask!

"Bad taste - looking"

Efter bastu, ansiktsmask och omklädda till bad-taste-looking fick vi nästa belöning: Supé i VOK-stugan med tillhörande underhållning. Fartfyllda lekar och disco-musik avlöste varandra och fortet gungade av skratt och sång! Kvällens höjdpunkt var när allas våra "Brandsta' City Släckers" intog scenen och rev av både låt och kläder! Då klappade våra "mamma-hjärtan" och tackade för att "barna" hade valt en så varierande och naturalistisk idrott som orientering!

Tack till **Elena, Linnea, Lisa, Linnéa, Jennie, Marie** och **Ida** från flickorna, kvinnorna, tanterna och krutgummorna = "mammorna", genom Gunnel.



Två av VOK-mammorna, **Ingrid Enequist** och **Elisabeth Pettersson**

DEBUTANTEN

av **Torbjörn Sköldefors**

"Hallå, hallå, vi har fortfarande en man kvar där ute! Är det någon som har sett en löpare från Roma/Svaide någonsans i skogen?"

Jag hör orden genom skogen och förstår att jag är nära mål. Speakerns efterlysning väcker mig. Den spegel i vilken jag sett min självbild spricker från kant till kant. Det är något som jag har missat när det gäller mental träning, förebrår jag mig själv som en förklaring på varför jag varit vilse i skogen i flera timmar.

Min fru ler lite snett och mina barn ser förundrat på mig och tycker att jag skulle börja med en nybörjarbana i stället för att direkt ge mig in i hetluften i årets tuffaste orienteringstävling i distriktet.

Jag tycker att alla långa DM borde passa en maratonlöpare och såg mig själv forcera fram genom blåbärsris och enbuskar mot en sensationell topplacering.

De som bevittnade händelsen såg en illa klädd orienterare som bommade startpunkten, blev hjälpt av en 12-åring till första skärmen och som sedan missade andra kontrollen med nära på en timme. Det sägs att jag irrade runt i skogen med kompassen vänd åt fel håll. Min debut som orienterare blev alltså inte direkt lysande, men jag hittade åtminstone själv till målet (och slapp nesan med skallgångskedja, vilket drabbade en av Runner Worlds redaktörer i O-ringen).

(Ur Saucony - Löparmagasinet - 2002)

Idrott för
nyttänkare.

SLUGGER-VM 2002 - ETT INFERNO PÅ STORVIDEMYRBLADET

av **Andreas Mattsson**

*När vi hade börjat tro att den långlivade traditionen med Slugger-VM hade gått i graven tog våra vänner **Helge** och **Rasmus** och ruskade liv i den förut.*

Ritualen med att förra årets segrare får i ansvar att hålla i och arrangera nästa års Slugger-VM på sin hemmakarta tycktes ha gått i stöpet efter att **Dennis Samuelsson**, Bro, för ett par år sedan vann en brutal bana, där två kontroller satt placerade trettio meter ut i Östersjön. Samuelsson vann Slugger-VM i storartad stil och lade sedan av med såväl slugger som orientering. Han har sedan dess bara synt till i mindre sammanhang på orienteringens bakgårdar samt i byggprogrammets lokaler på Skarphällsområdet.

Kung Bore hade kommit tillbaka

Men nu blev det alltså av, vid VOK-stugan på Storvidemyrbladet en söndag i mitten av mars. Den sjuttonde för att vara mer exakt. Detta var en söndag då vintern och kung Bore åter gjort sitt intåg över den gotländska landsbygden efter en vecka med sådant där vackert vårvinterväder som annars mest bara går att läsa om i barnböcker.

Anmäla sig är ett stort ansvar

Att anmäla sig till och springa Slugger-VM innebär ett stort ansvar. Det innebär att man på sina bara axlar tar på sig ansvaret att representera ett helt land. Nu kan man göra det på lite olika sätt, vissa väljer ett ö-rike, där det bor lika mycket folk som i Viklau, andra väljer supermakter som USA och andra

väljer att representera länder där nyhetsflödet koncentrerar sina blickar. Varje år sägs det också ge plus-poäng om man i anslutning till nationaliteten även är utklädd i kläder som är både roliga, oömma men samtidigt möjliggör till löpaktivitet i trånga buskage.

Jag representerade Norge

I år var övertecknad utklädd, efter ett fyndköp av en tvättäkt (nåväl) skidress med påklustrade (nåväl) sponsorer, representerade jag Norge, ett land, vars huvudstad heter Oslo, som senast blev aktualiserat i samband med Mette-Marits ingifte i det inhemska kungahuset. Nu hade alltså jag tagit på mig ansvaret att representera Mette-Marit och alla andra norrmän i Slugger-VM.

I år deltog representanter från allehanda länder från Svaide, VOK och Bro. Flera av dessa, särskilt de från Svaide, var säkert sluggerdebutanter och vi får alla hoppas att de trots allt fick ett varmt minne med sig att ta med sig in i vårsäsongen.

Kontrollen ska sitta inom ringen

Banorna var sedvanligt gafflade, på något konstigt obegripligt sätt, och kontrollerna var sedvanligt upphängda i träd, under buskage och i allehanda komplicerade ställningar. Grundregeln inom grenen slugger är att kontrollen inte på något vis behöver vara placerad vid kontrollföremålet, utan den regeln som gäller, är att den ska sitta inom kontrollringen, som givetvis kan ha olika diameter.

Ord på stig:

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

Nytt för i vår var det nykomponerade handikappsystemet som var tänkt att gynna sådana som var lite mindre till växten och till åldern och missgynna sådana som nått åldern, då tanken är att man ska vara som bäst. Det är helt uppenbart att förgreningen slugger fortfarande är på utformningsstadiet, och än har vi inte sett den färdiga tävlingsformen. Om det någonsin blir någon sådan.

Synnerlig tur med vädret

Banläggarna hade i år haft synnerligen tur med vädret, då det lagom till söndagens start vid tolvtiden lagts nya isar på sank-markerna och agmyrarna kring VOK-stugan. Sådana där otrevliga isar, som går sönder när man trippar på dem, så att det skär in i knäveckan. Banorna var som nämnts gafflade, och hade en längd kring fyra kilometer. Gafflingen fick alla startande känna av omgående, då förvirringen var total, eftersom den första gafflingen överraskande var lagd vid den första kontrollen, en sten inne i den blårandiga skogen öster om VOK-stugan.



Starten för *Slugger-VM*. Trea från höger står artikelförfattaren *Andreas Mattsson*.

Sista säkra innan Storevidemyr

Av de tio kontroller som jag hade på min 3800 meter långa bana var sju utplacerade i isande kallt vatten, som kommit dit på naturlig väg, en var upphängd i ett träd och ytterligare en var bara lite taskigt gömd under ett buskage. Till skillnad från vanlig orientering, där man använder termer som "sista säkra" på väg in till kontrollen, handlar det i slugger om sista säkra punkten innan man ger sig ut för en okänd framtid på Storvidemyr.

En för alla – alla för en!

Det som gör att det ändå finns glädje i att vinterbada i mitten av mars, få köldkramp i vaderna, få blåsor på fötterna och röda lår, är den gemenskap som infinner sig i buskagen, i skogen eller ute på myren. Där, när vi alla går genom isen, alla skriker av köld, fasa och vemod, släpper alla gamla barriärer av gammalt groll och vi förenas under överlevnadsmottot: "En för alla – alla före en".

Det värsta under de senaste åren!

Under den närapå fyra kilometer långa resan till målet hann vi som sprang konsttera vissa saker: Banläggarna tycktes ha haft osedvanlig tur med väderleken. Vi har de faktorer som nämnts, med isarna som nått alldeles lagom tjocklek efter en veckas tö och sedan fryst igen. Tillsammans med det faktum att det under morgontimmarna hade hunnit snöa, gjorde att vi utropade årets slugger, som det värsta under de senaste åren, då vår generation från början av 80-talet deltagit. Det borde vara ett gott betyg till arrangörerna, som trots allt inte hade varit så taskiga vid kontrollhängningen som de kunde ha varit.

Brent Godman, Bro OK vann

Vinnaren av årets slugger, efter att handikappsystemet fått träda i kraft, blev Brent Godman, Bro. Låt oss nu hoppas att Brent axlar ansvaret och arrangerar nästa års slugger på sin hemmakarta, och inte gör som Dennis och lägger av helt och hållet.



Sista kontrollen låg mitt i dammen bredvid VOK-stugan, men vad gjorde det? Alla var ju redan dyngsura!

*** IMPONERAD ***

av *Jens Bollius, sportchef på GT*

"Slutligen måste jag ytterligare betona hur imponerad jag är av det sega, outtröttliga skidfolket. Tövädret har varit i en vecka nu, men vid VOK-stugan annonseras om skidskola idag och tävlingen i morgon är heller inte aktuell att ställas in.

När jag ringer för att fråga om det verkligen blir något, får jag svaret att det blir det självklart. På isiga spår och med klister under skidorna.

Ute i skogen finns kylan, snön och hjältarna. Ibland känner man sig långt ifrån verkligheten, när man bor i stan." (Gotlands Tidningar den 12/1 2002)

*** ALLA VOK-ARE ***

Får dagens ros för att de sliter för att vi skidentusiaster skall få så fina spår. Stort tack! (Elisabeth i GT/GA)

VASALOPPET – DET VAR EN UPPLEVELSE!

av Ove Fransson

Kvart i fyra på morgonen ringde väckarklockan. Det är normalt en tid då jag brukar gå till sängs, så det kändes litet bakvänt. Äventyret skulle börja.

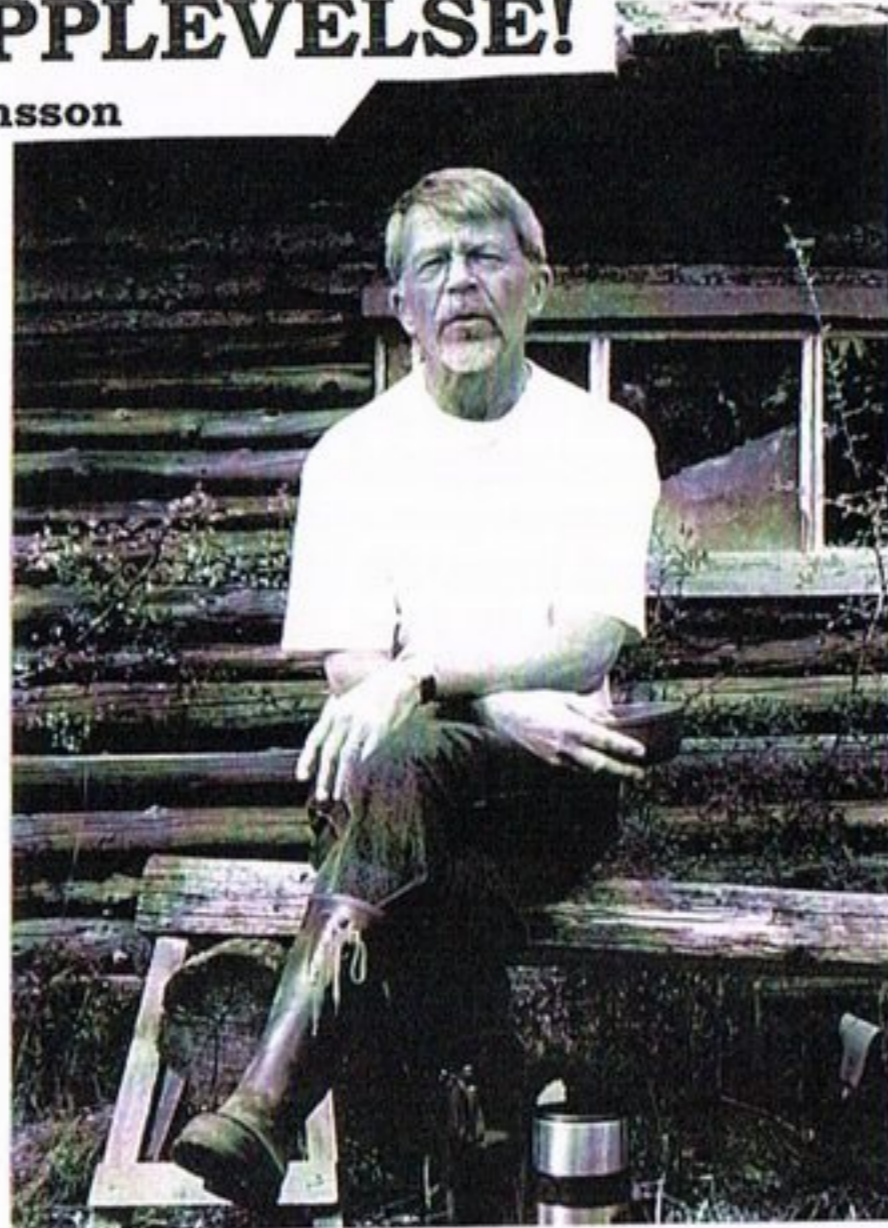
Jag tog på mig kläderna jag noggrant lagt i ordning kvällen innan och smög ned i köket hos min bror **Beje** i Orsa. Där satte jag i mig en rejäl frukost med fil, flingor, mackor och te – ungefär som jag brukar – och struntade högaktningfullt i min kusins råd att klämma i mig en stor tallrik pasta eller två. Blotta tanken...

Frun hade köpt en rånarluva

Efter en stund raglade Beje ned i köket och så körde han mig genom mörkret till taxistationen i Orsa, varifrån bussen skulle gå till Vasaloppsstarten i Sälen. Bussen var i det närmaste fylld av rosenkindade människor som verkade tycka att det var hur naturligt som helst att vara uppe vid den här gudsförgätna tiden. Tempen på husgaveln utanför bussfönstret visade på -19°C . Burr! Tur att min fru hade köpt en rånarluva åt mig dagen innan – den skulle säkert komma till nytta.

Gick ut direkt i lokalradion

Efter att ha gjort två stopp inne i Orsa för påfyllning av fler hurtbullar för bussen i väg ut på landsvägen. Det surrade av skidsnack runt omkring mig. De flesta verkade ha åkt Vasaloppet minst en handfull gånger och betydligt högre siffror än så nämndes. En medelålders mas och en italienare framför mig försökte att på något slags



internationell rotväliska, med tyngdpunkten på engelska, dela erfarenheter med varandra om olika långlopp de varit med i. Det framgick av surret att många i bussen var medlemmar i den lokala skidklubben i Orsa, och efter ungefär en timmes tid gick ledaren för dem fram och började prata i en mikrofon. Samtidigt kunde man höra att det var han som intervjuades av lokalradion, som gick ut över högtalarna i bussen. Ganska kul, faktiskt.

Vad hade jag givit mig in på?

Vi åkte och åkte, och efter hand som gryningen började märkas, gick det också upp ett ljus för mig: det här var ungefär samma sträcka – och sträckning – som jag sedan skulle ta mig tillbaka på skidor. Vad hade jag givit mig in på?

"Motionär löper lätt efter sekundvisarens morot"

Kvart över sju kom vi fram till Vasaloppsstarten. Då hade vi sniglat oss fram de sista kilometrarna i en aldrig sinande kö av bussar och en och annan personbil. Vilken jätteapparat! Det intrycket förstärktes ytterligare när jag gick av bussen och fram till själva startområdet, som myllrade av folk.

Köerna till Bajamajorna imponerade

Tänk er själva – femton tusen skidåkare (med skidor och stavar) på denna lilla plätt, plus ett stort antal människor som skulle bestå alla oss optimister med mat, dryck, plåster och jag vet inte vad, inför dagens åktur. Bara köerna till bajamajorna var imponerande. Fast de flesta av karlarna klarade sig strålände (haha) utan, vilket alla de gula fläckarna i snödrivorna var bevis på. Jag lyckades hitta startfälla 10, där pöbeln skulle hålla till, och efter ett visst besvär även en plats att rigga upp mina skidor och stavar på i avvaktan på starten.

Organisationen var föredömlig

I väg för att ta mig en bulle och en rykande varm kopp choklad, samt försöka hitta containern, där påsen med mina ytterkläder skulle läggas för transport tillbaka till målet i Mora. På högtalarna meddelades en massa nyttig information, inklusive att tempen nu stigit till -13°C , riktigt behagligt med andra ord. Allt fungerade som smort, organisationen var föredömlig. Två uppvärmningspass med Friskis & Sveltis var förannonserade, varav jag hann med det senare. Det kändes skönt.

Liten andaktsstund gav stämning

Strax före start hölls till min stora förvåning en liten andaktsstund med den lokale kyrkoherden, om jag inte hörde fel, och stämningen blev plötsligt litet

högtidlig. Folk började ta på sig skidorna, kläder rättades till, goda råd och gliringar utväxlades och när jag gjorde en minisnabbgallup på de närmaste fyra-fem åkarna visade det sig att ingen av dem heller hade åkt förr, så jag var i gott sällskap. Utan föregående varning (som jag uppfattade i alla fall) höjde femton tusen människor sina stavar rakt upp i luften och vrålade.

Starten gick!

Ryktet hade gjort gällande att det skulle ta en bra stund bara att ta sig över startfältet, men det stämde inte alls. Det gick fort. Fast några hundra meter senare, framme vid den branta backen i slutet av fältet, var det stopp. Nu följde tre och en halv kilometers uppförsbacke i en ständig kö. Det är svårt att föreställa sig hur det var, utan att ha varit med om det. Folk trillade till höger och vänster och det bröts stavar överallt, men efter vad jag kunde uppfatta med ständigt lika gott humör.



Extrastavar i högavis

Längs sidorna stod funktionärer med extrastavar i högavis, så det var uppenbart att detta var något man hade förväntat sig. Men man gick där och småsnackade litet med sina närmaste grannar och fnissade litet åt en och annan som gjorde försök till omkörningar. Sällan har jag skådat en mer fåfång syssla. När uppförsbacken äntligen började plana ut hade det gått en bra bit över en timme från starten och det började se ut som om man skulle kunna öka takten. Ja, minska den var

Foto:
Frida Tennstedt

egentligen inte möjligt utan att lägga i backen.

Åkte nittio kilometer på fästvalla!

Fast det gick inte särskilt fort ändå, om sanningen skall fram. Och det är lika bra att klara av det här med en gång: De skidor jag hade köpt saknade i princip spann, när jag ställde mig på dem – antagligen beroende på att golvet i affären, där jag köpte dem, inte var riktigt plant och det spann som verkade vara lagom, då jag provade dem, egentligen inte fanns där. Det betyder att jag åkte nittio kilometer på fästvalla. Inte konstigt att det gick långsamt!

Jag började misstänka det i de första nedförsbackarna, där folk försvann nedåt i ett huj medan jag stakade mig ned och ändå kom rejält på efterkälken. Redan vid första tidkontrollen i Smågan, märkte jag att jag låg farligt nära gränsen för att inte få fortsätta och då kände jag sådan tidspress att jag inte vågade ödsla minuter på att gå in och få vallningshjälp. Dumt nog! Men nog om det! Jag kämpade mig i alla fall fram så gott det gick.

Man behövde bara öppna munnen!

Ett av mina mer bestående minnen av loppet är hur snälla och vänliga alla människor var. Överallt stod man och hejade. Överallt blev man bjuden på dricka och på flera ställen hade vänliga människor till och med skalat bananer och apelsiner och höll fram bitar i lagom höjd så att man bara behövde öppna munnen när man åkte förbi. Fantastiskt! Annars fick man så det räckte på kontrollerna, där de otroligt hjälpsamma funktionärerna, med risk för liv och lem, slingrade sig fram med dricka och bullar mellan alla skidor

och stavar för att kunna bjuda även dem som hade svårt att ta sig fram till borden. Att som åkare förflytta sig i sidled i den trängseln var inte direkt att tänka på.

Jag såg hundratals brutna stavar

Jag hade blivit förvarnad om de branta nedförsbackarna efter Evertsberg, men det var faktiskt ganska brant på andra håll också. Själv lyckades jag hålla mig på benen genom hela loppet, men vid flera tillfällen var jag ytterst nära att köra på folk som gått på ändan i spåret. På ett par ställen stod det till och med funktionärer och släppte ned oss efterhand i backen eftersom så många ramlade och det skulle kunna bli farligt. Jag måste ha sett hundratals brutna stavar den dagen.

Strålände väder!

Vädret var strålände och när jag väl hade insett att jag, trots skidorna, kunde hålla en sådan takt att jag inte skulle behöva bli utsatt för "repet", kunde jag njuta av åturen och betrakta alla udda figurer, klädslar och stilar som var ute denna dag. De som utmärkte sig mest var nog ett gäng vikingar i hjälm och allt. Ännu roligare blev det på ett par ställen, där min fru och min bror med familj, stod och utgjorde privat hejarklack så det ekade mellan fäbodarna.

Hur nära är det till nästa kontroll?

Kilometermarkeringarna passerades en efter en och jag försökte i möjligaste mån undvika att se på skyltarna hur långt det var till Mora – bara hur nära det var till nästa kontroll. Så småningom började det skymma, det blev allt glesare i spåret och jag började inse att jag låg bland de sista. Funktionärerna vid kontrollerna började

Motto: "Det är en stor fördel att tidigt begå de misstag man kan lära något av" (Winston Churchill)

packa ihop och till slut hade mörkret fallit.

Sista milen eller så i mörker

Den sista milen eller så åkte jag i mörker, vilket var en ganska annorlunda upplevelse. Arrangörerna hade satt ut marschaller i spåret, framförallt i krökarna, så att man visste att det skulle svänga, men däremellan var det kolmörkt och det var bara spåren som höll en kvar i framåtriktningen. I nedförsbackarna stod marschallerna tätt på båda sidor spåret, men det var ändå med en pirning i maggropen jag gav mig nedför branterna. Det var ren flax att jag inte gick på näsan.

"Jag beundrar er verkligen..."

När jag närmade mig Mora, verkade det som om fästvallen hade slitits bort, för jag började plötsligt köra om folk i spåret. Eller också var det som jag hade mer krafter kvar än vad de hade. Det gick inte fort för någon då, så långt är säkert. Alldeles innan jag skulle svänga upp på upploppet stod ett äldre par alldeles intill spåret, och det mannen sade till mig och åkaren jag just gjorde sällskap med, kommer att sitta kvar länge: "Jag beundrar er verkligen som inte har givit upp."

På själva upploppet hörde jag mina brorsbarn och min fru skrika mitt namn och lilla **Frida** hoppade över ett skrank och hängde en lagerkrans runt halsen på mig. Jag fick en klump i halsen – det får jag förresten nu också – och ögonen tårades, men jag lyckades i alla fall klara de sista hundra metrarna fram till och igenom den klassiska målportalen.

Jag klarade det!

Det tog mig 11 timmar 24 minuter och 26 sekunder, men jag klarade det. Och

för dem som eventuellt undrar: Ja, jag tänker göra om det! Och jag tänker ta lärdom av mina erfarenheter:

- ❖ Skaffa ett par andra skidor och prova dem ordentligt, så att det verkligen går att valla dem, som man skall.
- ❖ Lära mig valla själv, så att jag vet vad det handlar om.
- ❖ Inte ha sweatshirt under skidjackan (jag bokstavigt talat vred ur den).
- ❖ Träna mer, särskilt knäna, som fick sig en ordentlig duvning (jag kunde knappt gå, än mindre böja knäna, nästa dag).
- ❖ Starta i Öppet spår och se hur fort jag *egentligen* kan åka de nio milen och försöka få en tid som kvalificerar mig till en bättre startgrupp än den sista.
- ❖ Nu har jag provat på att skida i mörker, det kan räcka med en gång.
- ❖ *Ha lika roligt!*

P S

Så här gick det i årets Vasa-lopp:

Bäste gotlänning:

687. Anders Thunegård, 5.10.27

VOK-are:

693. Göran Neldemo, 5.10.46

6085. Göthe Dahlberg, 7.48.44

8545. Mattias Vejlens, 8.50.19

9302. Göran Kimell, 9.10.10

10900. Henrik Wirén-Hagelbeck,

10.06.33

12440. Ove Fransson, 11.24.26

Damer:

994. Elisabeth Kimell, VOK, 11.01.18

*** VASALOPPS-LIMERICK ***

(ur GT)

En Vasaloppsgute från Halla,
Emot starten i Sälen syntns knalla,

Men han kvar ännu står,

Där i fädernas spår,

Han tagit fel på kontaktlim och valla!

TJEJVASAN PÅ 3 TIMMAR, 33 MINUTER OCH 13 SEKUNDER

av Marie Sahlberg

Jag och min kompis **Anna Duse** bestämde i maj förra året att vi skulle åka Tjejvasan. Under hösten tränade vi rullskidor för att få in tekniken och över nyår var vi med på Harsalägret i Hälsingland. Väskbärning dagen innan Tjejvasan förde oturligt med sig en sträckt rygg. Detta hindrade mig inte från att vara med om något av det häftigaste jag upplevt under mina idrottsår!

Nära 7000 laddade kvinnor!

Skidvädret var perfekt: 20 cm snö, 2°C, solsken och nästan vindstill. Skidorna var nya och vallade av proffs i Mora. 30 kilometer - från Oxberg till Mora! Nästintill 7000 laddade tjejer, kvinnor, damer och tanter med skidor under fötterna. Några hade målet att tävla om en pallplats medan andra siktade på att ta sig runt de tre milen i lugn takt och ha en trevlig upplevelse. Jag tillhörde väl något någonstans där emellan. Min taktik var att gå ut i lugn takt och öka på slutet, om det fanns ork kvar, eftersom det är svårt att veta vilken takt man kan hålla för att orka hela vägen.

Uppvärmning till Friskis o. Svettis

Efter uppvärmning till Friskis och Svettis gjorde man sig redo för att starta. Det var olika starter med 1000 tjejer i varje. Anna startade i startledet före mig eftersom hon anmälde sig några dagar innan. När startskottet gått började det sakta men säkert röra sig i spåren. Den första halvmilen var det svårt att ta sig fram utan att köra

in i skidorna framför, men sedan gick det lättare. Man kände sig verkligen inte ensam i spåret. Så långt framåt var det massor av tjejer, och såg man bakåt, verkade det aldrig ta slut.



Vid Hökberg hade man åkt 11 km och vid Eldris 21 km. Här serverades den klassiska blåbärssoppan med bulle. Det behövde man för att orka. Jag hade även med mig lite nödproviant i form av saft, druvsocker och choklad med mandel och russin i. Det kunde ju hända att energin skulle ta slut. Men det gjorde den inte.

Trevlig stämning i spåren

Ute i spåren var det trevlig stämning. Det fanns fyra spår att åka i. Det längst till höger var för de som visste att de skulle ta det lugnt och det längst till vänster var för de som åkte snabbast. I början åkte man om en del och blev omkörd av andra. Jag kom in i en

KLUBBSERVICE

av Swisse Uddin

Det här är vad vi har tänkt pyssla med under året:

- Fixa en **städdag** den **27 april**.
- Arrangera **KM i terränglöpning** i maj (datum är ännu inte fastställt).
- Se till så att **VOK-dagen**, någon dag i september, blir något att minnas. Troligen blir den i form av en **Cykelorientering** i skogarna mellan Terra Nova och Barlingbo. TC kom mer nog att vara i trakterna runt Västerhejde kyrka. De som klarar sig runt, får en bit mat och dryck efter målgång.
- Sedan får vi se till att **jubilare och markägare** inte glöms bort.
- Ett **Luciafirande** hör också till vårt verksamhetsår.
- Slutligen ordnar vi givetvis någon-ting i samband med **årsmötet**.

bra takt som gjorde att jag orkade hela vägen. Jag körde inte för snabbt och inte för sakta, men ibland var jag tvungen att medvetet lägga mig bakom någon lite saktfärdigare för att spara på krafterna och inte köra för snabbt. Det blir lätt så att man åker för snabbt när man har ork, men då måste man tänka att det är ändå ungefär bredden på Gotland man skall åka.

Körde jämsides med Gustav Vasa!

Helhetsintrycket av loppet var att det var jättekul och häftigt. Längs med spåren stod det folk och hejade på med koskällor, precis som man föreställt sig. Vid varje kilometer under hela banan stod det hur långt det var kvar till Mora. När det återstod 6 km, började jag öka mitt tempo, eftersom jag kände att jag hade krafter till det. Väl på upploppet körde jag jämsides med en gubbe som var utklädd till **Gustav Vasa**. Detta, tillsammans med de klassiska orden: "I fädrens spår för framtids seg-rar", som skymtade framför mig, gjorde att jag kände att nu var det verkligen en del av Vasaloppet jag har åkt! Hur lång tid det tog? 3 timmar 33 minuter och 13 sekunder. Synd att jag inte var ute i 20 sekunder till - det hade blivit ett snyggt resultat på 3 mil!

*** EN SPORT I SÄRKLASS ***

(ur GT)

"Däremot finns det idrotter som jag älskar högt och högaktar, som jag gärna följer och som engagerar: **Orientering, skidor, cykel, skidskytte, skridsko, bandy, speedway, formel 1, 10000 meter, maraton**, där är några. **Orienteringen är nummer ett!** De fysiska påfrestningarna att löpa i obanad terräng, kombinerat med en knivskarp hjärna för att ha koll på kartan. Ingen att skylla på, ingen att gömma sig bakom. En sport i särklass.



Årets ungdomsledare i VOK blev **Gurli Hörnell-Rondahl**



MIN ÄVENTYRSRESA - VASALOPPET

Resenär: Elisabeth Kimell



Hur många gånger har jag inte suttit framför TV:n, sett på Vasaloppet och funderat: undrar om man skulle orka åka så långt, hur känns det att stå där bland tusentals andra och trängas och hur slut är man i mål efter en heldags åkande och 9 mil?

"Jag har anmält Dig till Vasaloppet!"

Det där har nog också **Göran** hört och när en av hans kamrater kom med idén att åka Vasaloppet, hakade han på, inte bara sig själv, utan också mig: "Du, jag har anmält Dig till Vasaloppet, Du har ju sagt att Du vill åka!?" Vad säger man? Du är inte klok! Tänk om det inte blir någon snö och träning. Ja, ja, det är långt dit, vi får väl se (detta var för cirka ett år sedan)!

Tiden gick och det blev vinter med här ligo skiddagar, fina spår och kanonföre. Åkning mest varje dag vid VOK-stugan och när snön försvann efter 3-4 veckor hade jag hunnit med 23 mil. Sedan var det rullskidor som gällde, en helt ny upplevelse: vingligt, annorlunda, mer spänd åkning men ändå träning, ca 6 mil. Som vanligt sprang jag dessutom i skogen ett par gånger i veckan.

Midjeväsor, design Björn Dähli

På onsdagen före loppet kom vi till Orsa, där vi skulle bo, och på kvällen var vi ute och åkte 1 mil, dagen efter 3 mil uppe vid Grönklitt och på fredagen blev det en kortare tur, sen vila och laddning inför det stora äventyret. Nummerlappshämtning, mängder av folk och mest av allt: Hur valla? Våra

Skidor lämnade vi in för vallning och när vi, efter pizzaätning, hämtade dem vid 20-tiden på lördagskvällen var de preparerade efter senaste väderprognosen (vi behövde aldrig valla om, visade det sig). Sängdags vid 22-tiden.

Väckarklockan ringde 0330 på söndagsmorgonen (hade faktiskt sovit gott) påklädnings, grötkost och packning av det sista i nyinköpta midjeväsor (design: B Dähli): mobiltelefon, jordnötter, russin, banan, energikaka, extra handskar, mössa, strumpor, tejp och huvudvärkstabletter. Vätska var inte nödvändigt, hade vi hört, det kunde man alltid få längs spåret. Buss från Orsa 0430 och ankomst Sälen ca 0700, efter ett evigt köande sista milen.

Karlarna stod överallt och utträttade sitt!

Urlastning av väskor och skidor och så ta reda på vart vi skulle ta vägen. Det var dock bara att följa strömmen, hittade insläppet till fälla 10. Kö till ett par ynka toakurer (karlarna stod överallt och utträttade sitt), kallt, -17 grader. Av med överdragskläderna och i med dem i den speciella märkta påsen, som slängdes i en container, midjeväska på plats, tidtagningsschipset om högerbristen, skidor och stavar i hand och så - in i fällan! Kliva på och över och på skidor, för att i trängseln hitta en liten plats, stor nog för mig och skidorna.

7 min kvar till start!

Var i detta tionde startled vi stod, har jag ingen uppfattning om. Mitten? Bak-

re tredjedelen? Där stod vi nu, tre förväntansfulla (!?), nervösa förstagångsåkare bland tusentals andra likasinnade, huttrande och väntande. Hur skulle det här gå?

Startskottet hade troligen smällt!

Plötsligt lyftes alla stavar upp i luften och man förstod att klockan var åtta och startskottet troligen hade smällt. Långt, långt fram kunde man ana rörelse i leden och så småningom fyste även vi framåt, ett steg i taget i takt med framförvarande - annars stod man på någons skidor. Efter några hundra meter blev det riktiga spår och fina led fram mot "backen", där det var tvärstopp. Var själva startlinjen var, har jag ingen aning om. Man hade fullt upp med att hålla koll på sina egna och andras skidor och stavar.

Ryggar så långt ögat når

Nu var det bara att vänta och se var man skulle kunna ta sig fram i kön, sakta framåt, stopp, vänta, se upp, rassel av stavar och skidor och gnirkande i den kalla snön. Sakta går det i alla fall framåt, ny backe och stopp, sedan är det bara som en lång färgglad orm med folk, som ringlar sig sakta framåt på 5-6 led. Ryggar, ryggar så långt ögat når och sakta uppför i flera km. När jag passerar 2 km-skylden har det gått 45 min! Och det är 88 km kvar! Första anhalt på vägen är Smågan efter 11 km, där man får vatten och sportdryck. Jag hade packat med en Risifrutti, som jag åt. Klockan var tio och det var sex timmar sen jag åt frukost! Skidåkartåget slingrar sig vidare över platta, öppna myrar med litet sol och snålblåst mot Mångsbodarna, där man äntligen kunde få den berömda blåbärssoppan, två muggar och en slät bulle.



Det lättar litet i spåren nu, det gäller att hitta ett, där man tycker att tempot är lagom. Rätt vad det är, så går det alltför långsamt och då får man byta spår igen - och så är det egentligen hela vägen. Risberg, två muggar soppa och en bulle. Nu har ca en tredjedel avverkats, vi hör att segraren närmar sig mål, medan vi stakar vidare igen mot Evertsberg, ungefär halvvägs. Allt känns bara bra. Göran har jag inte sett av alls sen första backarna, han är nog före, men däremot håller jag ungefär jämna steg med hans kompis, ibland före, ibland efter.

Här finns allt och alla!

Spåren är fantastiskt fina, troligen beroende på kalla nätterna innan. Det finns en del härliga utförlöpor, men många ovana åkare åker omkull, så det gäller att se upp både framåt och bakåt. Vi bjuds även på en del långa, sega uppförsbackar, där farten inte är speciellt hög. Längs med spåret noterar man en hel del: kissande karlar i mängd, tröjor, trasiga stavar, myrmarker, skog, halsdukar, telefonpratare, omvallare, öronskydd, mössor, vantar, publik, snöscoters, servicefolk, "vikingar", veteranåkare med 30 lopp och fler bakom sig, ja här finns allt och alla!

Muggarna fastnar under skidorna

Vid kontrollerna bjuds, förutom på soppan, buljong, välling, vatten/sportdryck och bullar samt vid de tre sista uppehållen även kaffe. Muggar ligger överallt och de har en förmåga att fastna under skidorna så det blir tvärstopp! Klockan tickar obönhörligt vidare och vid de olika stationerna hör man att om så och så många minuter dras repet, men jag hade 25 - 45 minuters marginal, så det var lugnt. Oxberg (här startar Tjevjan), Hökberg, två mugg-

ar soppa och en bulle vid varje, och sen Eldris, nio km kvar och klockan har hunnit bli sex på eftermiddagen, det mörknar snabbt. Kaffe, blåbärssoppa och en bit energikaka och så iväg i marschallers sken, en på var 50:e meter ungefär, mot målet i Mora. Fortfarande bra spår och denna sista mil går det att åka helt i egen takt, då det nu är ganska glest med åkare framför i spåren. Jag känner mig i bra form och kan t o m springa uppför en backe och passera flera framförvarande på väg in mot Moraparken. Åker ihop med Görans kamrat nu, vi närmar oss mål, kyrkan, klockstapeln, Vasaloppsgatan, och nu blir det en spurtstrid oss emellan, som han vinner med 2-3 m.

"I fädrens spår för framtids segrar"

Elva timmar och en minut har gått sedan starten och jag förvånar mig över att jag känner mig så pass pigg, inte alls så trött som jag befarat. Kramar om Görans kamrat, tar av skidorna och ringer hem. Åke gratulerar till genomförandet och jag får veta att Göran också ringt, i mål efter 9.18. Skidlämning, buss till skola för dusch/ ombyte och där stod mitt pick och pack, färdigt att hämta! Fin service! Ringer Göran och stämmer träff vid diplomuthämningen. Tar sedan taxi till Orsa, beställer pizza och så småningom, efter en hel del eftersnack, i säng vid 23-tiden. Tänk att jag åkt Vasaloppet! Jag klarade det!

Problem efteråt, träningsvärk?

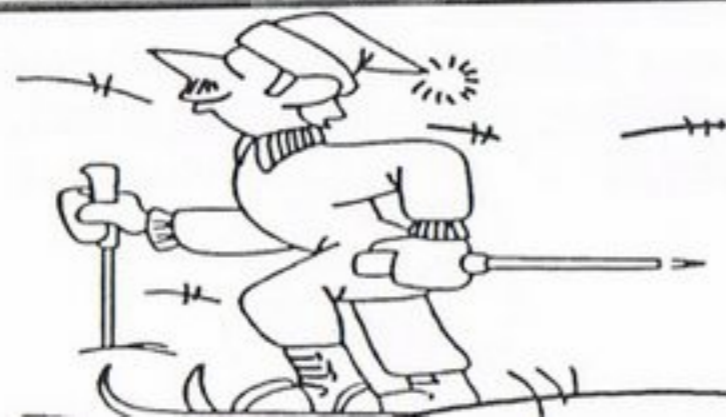
Problem efteråt, träningsvärk? Nej, faktiskt inte. Visst var det litet stelt, när man dagen efter klev ur bilen efter fyra timmars åkande, men annars helt OK. Det är roligt att ha varit med, fler borde prova. Kul? Nja. Fler gånger? Vet inte, tål att tänka på, men avskräckt? Nej!

*** ONÖDIGA OCH NYTTIGA FAKTUM OM VASALOPPET ***

- Vasaloppet genomförs alltid första söndagen i mars.
 - Öppet spår, Tjejvasan och annat veckan före.
 - 1998 vann Peter Göransson på rekordtiden 3.38.57, medelhastighet 26 km/h i klassisk stil.
 - 2500 utlänningar från ett 30-tal länder deltar varje år.
 - Alla åkare tillsammans utvecklar så mycket energi att de skulle kunna tända 221 000 st 60-watts lampor
 - Varje åkare går i genomsnitt ner 3 kg under loppet.
 - Alltså saknas cirka 12 500 personer under årens lopp.
 - Kroppslängden minskar också under Vasaloppet. Diskarna i ryggen trycks ihop och fotvalvet plattas ut.
 - Deltagarnas skidor motsvarar en längd av 13 mil.
 - Cirka 80 000 liter dryck, blåbärssoppa, sportdryck, buljong etcetera konsumeras vid sju matkontroller.
 - 85 000 vasaloppsbullar går också åt.
 - Medelnisse i Vasaloppet är 41 år och har åkt 4 lopp.
 - 50 000 människor ser Vasaloppet på plats längs spåren.
- (Ur Skyways tidning "I stolsfickan framför dig")

*** VOK:S HEMSIDA ***

Du vet väl att hela **SVETTBLADET** och mycket annat står att läsa på VOK:s hemsida? Gå in på go.to/visborgsok, så får du se!



SÅ MINNS VI LARS-GÖRAN

Lars-Göran Nilsson finns inte med oss längre!

Göran Lindström:

"Det chockartade budet att **Lars-Göran Nilsson** inte finns med oss längre nådde mig i mellandagarna. Jag kunde inte förstå det. Lars-Göran, som under så lång tid funnits bland oss i föreningen, styrelsen och bland oss VOK-CUP-gubbar. Budet var överkligt. Jag minns Lars-Göran som den kille som tyst och försynt fixade allt han tog på sig. Ibland funderade jag på hur det skulle gå med alla ärenden, bidragsansökningar, handlingar, protokoll och allt annat som skulle fram till styrelsemöten. När det var dags, fanns allt på plats. För att inte tala om när han organiserade vårt åtagande i Endurot. Jag var många gånger lika fundersam där. Allt som skulle ordnas, alla våra medlemmar som skulle vidta-

las för att medverka. Samma sak där. När det var dags så hade Lars-Göran fixat även det. Det var en jätteinsats han gjorde där!"

Bosse Magnusson:

"Jag kom i kontakt med Lars-Göran i styrelsearbetet, i orienteringsskogen, inför och under Enduro mm. För min del var det framförallt i styrelsejobbet som Lars-Göran och jag hjälptes åt - alltid lika smidigt och behändigt. Genomgående var Lars-Göran lugn, samlad och klok, lättsam till sitt sätt, helt enkelt en reko kompis."

Elisabeth Kimell:

En arbetskamrat rycktes helt oväntat bort. Lars-Göran, omtyckt av alla, glad, positiv, seriös, full av idéer och road av allehanda upptåg, mer eller mindre to-kiga. Han var en arbetsmyra, hade nog svårt att säga nej och tog kanske på sig alltför många uppdrag. Det är väldigt tomt på "sjukan" och jag saknar dessutom en sann orienteringsvän."



Vid årsmötet 2001 efterträddes **Lars-Göran Nilsson** av **Gunnel Fransson** som sekreterare i VOK.



VISBORGS OK

Box 1245
621 23 VISBY

B FÖRENINGSG- BREV



BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv avflyttning återsändes försändelsen med uppgift om ny adress.

ANMÄLAN PÅ INTERNET

av Nils Hallgren

Från och med vårsäsongen 2002 kan alla som vill delta i en orienteringstävling anmäla eller avanmäla sig på Internet.

- ◆ Så här gör du – steg för steg:
- ◆ www.svenskidrott.se/i/visborgsok_ol är den adress som gäller (OBS! Lågt streck mellan "ok" och "ol").
- ◆ Skriv in den, så kommer du direkt till VOK:s egen "klubben online-sida".
- ◆ Därefter klickar du på "Tävlingskalender" i vänsterkanten.
- ◆ Välj vilken månad eller distrikt som anmälan gäller.
- ◆ Klicka på den tävling som du vill vara med i.
- ◆ Då kommer en ruta fram, där du rullar fram "Medlem" i den övre rutan och anger lösenord i den nedre.
- ◆ Vårt lösenord är hemligt för icke medlemmar. Du har fått det hemskickat tillsammans med mars-april-kalendariet. Har du tappat bort det, kan du ta kontakt med övertecknad eller Helge: (visborgsok@post.utfors.se)
- ◆ En ny sida med klubbens aktiva lista kommer då fram.
- ◆ Markera ditt namn och klicka på: "Anmäl mig".
- ◆ Eventuellt får du en förfrågan om vilken klass det gäller.
- ◆ En ny ruta kommer upp, där du trycker på: "Spara anmälan"
- ◆ Du kan här också se "Tävlingsinformation" samt föreningens övriga anmälningar.
- ◆ Första gången du anmäler dig, kommer en ruta upp, där du skall ange en del personuppgifter, som krävs för att anmälan skall gå att genomföra.
- ◆ Vi avser att lägga in personuppgifter på samtliga aktiva i klubben. Om du inte accepterar det, får du kontakta övertecknad.
- ◆ Systemet kräver att en anmälningsansvarig (**Berith och Nils Hallgren**) godkänner anmälan innan den är giltig.
- ◆ När du gjort din anmälan, finns därför en liten nolla = "0" framför namnet. När vi godkänt anmälan blir tecknet ändrat till en "1". Detta skall ske innan anmälningstidens utgång. Vi måste dock ha ett par dagar på oss.
- ◆ För tävlingar på fastlandet måste vi ha reda på detta för att kunna göra godkännandet.
- ◆ Du kan som medlem även göra avanmälan till en tävling före anmälningstidens utgång.
- ◆ Då går du in på samma sätt som vid anmälan, markerar namn och trycker på "anmäl mig". En ny sida kommer upp och du trycker på: "Ta bort anmälan".

nya

SVETT-



BLADET

UTGIVET AV



JULEN 2002



VOK:s duktiga omslagsflickor har gjort det igen – sett till att de kom med på **Svettbladets** yttersida! Vad gör vi inte för att få sälja fler lösnnummer av tidningen? Fotot är från **Ungdomens 10-mila** och är tagen av **Rolf Malmros**. Från vänster ser vi: **Linnea Uddin, Elena Österdahl, Sofia Uddin, Emma Lindgren, Lisa Rondahl och Linnea Gustavsson.**

SVETTBLADET

Mer eller mindre officiellt organ för
Visborgs Orienteringsklubb.

Utkommer två till tre gånger per år,
dock oftast under våren och till jul!
Upplaga: Cirka 250 ex = 1 ex/familj!

HUVUDREDAKTÖR (och ansvariga
utgivare):

Familjen Björn o. Gunnel Fransson,
Lunds, Västerhejde, 621 48 VISBY.

Tel/fax: 0498/264568.

E-post: bjorn@mail11.calypso.net

REDAKTÖRER:

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

GÖRANDEN OCH LÅTANDEN!

av Göran Lindström

Hej igen....

Det är söndag förmiddag, när jag sitter och skriver dessa rader. När jag tittar ut genom fönstret ser jag tunga, våta snöflingor falla till marken. Det är plusgrader och marken är våt och otrevlig. Det gör att jag längtar till både sommar och riktig vinter. Eftersom jag nu inte har möjlighet att välja, så är det bara att invänta vintern. Vi får hoppas att vi äntligen får uppleva den, med mycket snö och fina skidspår vid VOK-stugan.

Vi behöver en ny snöskoter!

För att kunna klara av det måste vi skaffa fram ny utrustning, snöskoter. Skall vi klara av att finansiera ett så-



dant inköp krävs att vi får bidrag från något håll och den enda som kan hjälpa oss med det är Gotlands kommun. Det är fritidsförvaltningen som handlägger bidragsfrågorna. Deras handläggare rekommenderar oss att samarbeta om driften av våra skidspår med SOK Svaide och att använda en gemensam skoter. Kommunalt investeringsbidrag till två skotrar, dels en till VOK-stugan och dels en till Svaidestugan, är knappast möjligt att räkna med.

Vi får avvakta med inköpet

Anders Ardin, som ansvarar för anläggningskommittén, har därför, tillsammans med SOK Svaide, ansökt om investeringsbidrag från kommunen för att köpa en skoter. Ansökan har behandlats positivt och den har blivit beviljad. Bidraget räcker dock inte för att helt finansiera ett inköp. Därför har Visborgs OK och SOK Svaide gemensamt lämnat in en ansökan om bidrag till Riksidrottsförbundet. Prövningen av denna ansökan kommer troligen att ske först nästa år, så tyvärr måste vi avvakta med inköpet

Blir det någon snökanon?

Ytterligare en stor fråga, som gäller skidsporten, är huruvida det finns möjlighet att skaffa en snökanon till distriktet. Som jag skrivit vid tidigare tillfällen, är med all sannolikhet en förutsättning för detta, att vi i VOK tar på oss ansvaret för en sådan anläggning. En förutsättning för det är dock att inköpet kan finansieras helt utan kontanta medel från oss. Finansiering måste då lösas med bidrag från något håll. Enligt vissa sonderingar som gjorts, skulle det kunna finnas chanser att få bidrag till en anläggning som ett EU-projekt. Återstår då driftskostnaden, vilken måste finansieras i första

hand genom att avgiftsbelägga nyttjandet av de spår som anlagts med konstgjord snö. Det är i sig inget unikt, utan det förekommer på ett antal platser inom andra distrikt. Vidare krävs att distriktets övriga klubbar ställer upp med funktionärer vid de tillfällen, när snö skall tillverkas.

Vi i styrelsen har ännu inte svarat på Gotlands skidförbunds fråga om VOK kan tänka sig att ta på sig ansvaret för en konstsnöanläggning. Frågan är så stor och viktig för föreningen att vi vid senaste styrelsemötet kom fram till att redovisa ärendet vid kommande årsmöte för att där kunna få en uppfattning om medlemmarnas inställning.

Den gångna säsongen...

Den gångna orienteringssäsongen har genomförts helt enligt planerna. Vi har med heder genomfört våra arrangemang, som bland annat omfattat 3-dagars. Lite negativt för Gotlands orientering är dock, att vi i motsats till de flesta övriga distrikt i landet, noterat en minskning i deltagarantalet i förhållande till fjolåret. Detta gäller även för vårt 3-dagarsarrangemang. Gotlands orienteringsförbund har därför startat upp ett projekt för att försöka utvärdera skälet till varför framförallt fastlandsorienterare i mindre omfattning sökt sig till Gotland under den gångna säsongen.

... och den kommande

Enligt min uppfattning kan vi med förväntan se fram inför kommande säsong med tillförsikt. Vi klarar av att genomföra våra arrangemang på ett mycket bra sätt och vi har bredd bland våra aktiva. Jag hoppas att vi snart kan konkurrera med de bästa här inom distriktet även i seniorklasserna och varför inte även på nationell nivå?

För att nå det målet måste vi behålla de ungdomar vi har och satsa ytterligare på nyrekrytering.

Styrelsen tar fram en handlingsplan

Inom styrelsen har vi under hösten jobbat med att ta fram en handlingsplan för VOK. Den omfattar målen för föreningens huvudverksamheter och kommer att redovisas på årsmötet.

Slutar för den här gången med att hålla tummarna för att vi ska få en riklig tillgång på snö i vinter, så vi alla, både motionärer och aktiva, får möjlighet att sträcka ut för fullt i våra fina skidspår vid VOK-stugan.

*** ENKÄT ***

Styrelsen har beslutat att den i våras genomförda enkäten kring hur vi använder anläggningarna kring VOK-stugan skall upprepas under vår-vintern 2003. För att få ut enkäten skall stugvärdarna få i uppdrag att dela ut den till besökare. Enkäten skall också ligga i omklädningsrum och vallabod.



Gunnar Geisle, engagerad i bl a Korpen, är en av alla "okända" VOK-are, som regelbundet, 2-3 gånger i veckan, tränar vid VOK-stugan.

KÄNNER DU GLYCERIA MAXIMA?

av Björn Fransson

Känner du till *Glyceria Maxima*? Ja, hon/han är inte medlem i klubben, men är numera en god vän till oss i VOK. Han (vi bestämmer väl oss för han, eftersom han är större än den lite mindre varianten, som dock troligen är av en helt annan art) har nämligen givit klubben ett stort antal friska kronor, som kommer väl till användning i dessa tider av kommunala besparingar.

Ingen kemi – bara biolog!

Glyceria maxima är alltså det latinska namnet på "Jättegröe", ett slags gräs, som har förmågan att, så att säga, snabbt äta upp de smaskiga rester som blir kvar, när det regnar på kommunens soptippar och så kallat "lakvatten" samlas upp. För att inte belasta reningsverket i Slite med detta lakvatten, har man runt soptippen på olika lämpliga platser tillskapat tre stora, men mycket låga dammar, dit man pumpar det uppkomna lakvattnet. I dammarna och särskilt på slänterna, planteras så detta *Jättegröe*, som tillsammans med avdunstningen, gör att en naturlig reningsprocedur kommer igång. Ingen kemi – bara biolog! Plantornas växtförmåga lär vara enorm, men då fordras det att de har kommit på plats på ett eller annat sätt.

Två halva dagars knog

Kommunens eget folk hann inte plantera färdigt, så i månadsskiftet maj-juni fick ett antal "friska" VOK-gubbar möjlighet att jobba in startavgifter och en och annan fastlandsresa med hjälp av ett antal arbetstimmar. Solen sken, humöret var gott, alla verktyg (planteringsrör och bärare) var på plats, så det var bara att sätta igång. Trots hot-

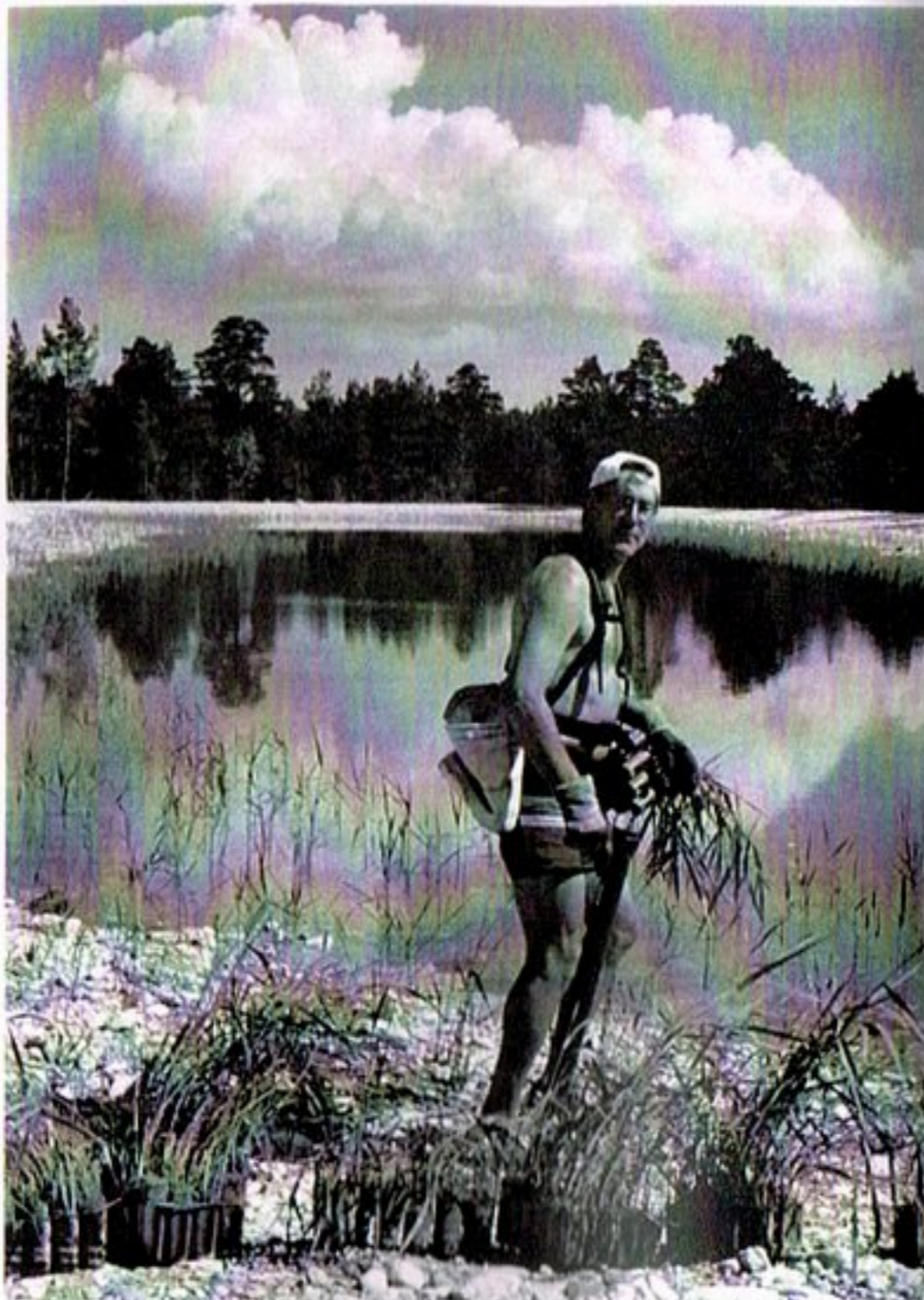
Sven "Svisse" Uddin var en av de WOK-CUP-gubbar som planterade skog

1:24 *Glyceria maxima*
Jättegröe
Art. nr: 87800

ande blixtnedslag runt omkring oss, sken solen hela tiden, och vi blev färdiga efter två halva dagars knog. Ryggar och armar fick sig väl en och annan skavank, men mest gick det nog åt huvudena, när solen obarmhärtigt strålade ned på de begynnande flintskallarna.

Bedövande liljekonvaljdoft

Trevligt hade vi hela tiden och inte blev det sämre av att det låg en bedövande doft av *Liljekonvalj* runt hela vårt arbetsområde. Den som var uppmärksam kunde också se den vackra orkidén *Vit skogslilja* litet här och var. Tack alla ni, som ställde upp för VOK!



"CYKLE" + OL = SANT (?)

av Stefan Persson

Cykle?

Lördagen den 2 juli arrangerades Visborgs OK:s första cykelorientering någonsin. Initiativtagare var **Kaj Wirén**, som varit på Ringmurens CK:s årsmöte och föreslagit att VOK och Ringmurens CK skulle göra gemensam sak och köra en cykelorientering som träning eller som träningstävling.

Vågade inte initiativtagaren?

Nu föll det sig dock så illa att den tid som VOK satt ut för cykelorienteringen sammanföll med Ringmuren CK:s årliga långcyklardag, varför inga cyklister dök upp denna soliga lördagmorgon vid P18:s idrottsplats. Självaste initiativtagaren lyste också med sin frånvaro. Någon bland de 10-talet tappra och träningsflitiga deltagarna spekulerade i om detta möjligen kunde bero på att Sverige spelade sin öppningsmatch i VM mot England bara dryga timmen efter träningen, och att Kaj inte vågade ställa upp av rädsla att inte hinna tillbaka i tid.

Cyklar Magnus G ännu omkring?

Själva cykelorienteringen då? Jo, den arrangerades som linjeorientering på två banor. En bana i skogen för cyklar med bredare däck på 13 km och en bana för smala däck på 14 km. Deltagarna på skogsbanan skulle, som vanligt på linjeorientering, vid målgång ange antalet kontroller längs sträckan samt peka ut var de satt. Enligt rykten skulle även **Magnus Gadefors** cirkulera runt i skogen på cykel på eller i närheten av banan, men det var ingen

*** UTE OCH CYKLAR ***

"Jag använder cykel till 99 procent, när jag ska till jobbet. Min fru låter mig inte låna bilen". (**Sven Uddin** till GT)

som såg honom. Är det någon som överhuvudtaget sett honom sen den 2 juni, eller cyklar han fortfarande omkring därute? Han är ju utbildad överlevnadsexpert i det militära, så han klarar sig nog. Har han rent av ätit upp den försvunna Shetlandspönnyn? Var är sulky i så fall? Nej, nu tappade jag visst spåret!

Är Cykel-OL något för VOK?

Är cykelorientering något att ha som träningsform? Ja, kanske det!? Framförallt som träning, om man utvecklar formerna för det. Det är lite vanskligt att cykla och läsa kartan samtidigt. Kanske skall man köra en bana med kartminnesorientering mellan varje kontroll, där det sitter en karta vid varje kontroll (**Rolf Malmros** funderingar)? Cykel är i alla fall ett bra komplement till löpning som konditionsträning. Inte minst om man vill öka träningsdosen en del och samtidigt vill minimera risken för överbelastningsskador.

Mountainbike bäst?

Det som ligger orienterare närmast tillhands är väl i så fall Mountainbike eller dylik cykel, med lite bredare däck, som gör att man kan cykla på stigar, motionsspår och vägar ute i/hemma i skogen. Det är faktiskt en ganska behaglig träningsform, framförallt om man investerar i ett par cykelbyxor. Man kommer ganska långt på en timme eller två. Landsvägscyklning är också bra träning, men kan däremot upplevas som lite långtråkig av en del.

*** OL I STÄLLET FÖR GOLF ***

"Många direktörer borde syssla med orientering i stället för golf. Då skulle de bli bättre chefer". (Stig Ramel, VD i Nobelstiftelsen via Hasse Matth^{nya}

TILLBAKABLICK

från Familjen Uddin genom Ingela

Tillbakablick på orienteringsåret 2002, med många debuter och upplevelser.

2002 har varit det mest intensiva orienteringsåret hittills för oss. En påskresa med orientering för **Linnéa** till Skåne startade året. Där skulle dopingtester utföras, men det visade sig vara ett aprilskämt. Vi får hoppas att det så kommer att förbli.

I juli var det dags för sommarpaketet med 2-dagars på Fårö och 3-dagars i Hangvar. I Hangvar hade vi debut för övernattnings i husvagn i kohage, men vi fick också uppleva spänningen, när **Sofia** vann D14 med 8 sekunder. Vi upplevde också hur nära det är mellan glädje och sorg, när **Linnéa** läste fel på kontrollbeskrivningen strax innan målgång.

Debut gjorde hela familjen i O-ringen-sammanhang i Skövde-trakten. Veckan började med **"Ungdomens 10-mila"** i backarna kring Billingen, samma område som sedan sista etappen på orienteringsveckan slutfördes i. Tjejerna i laget gjorde åter en jättefin insats. Det som imponerade mest på O-ringen var den organisation som var kring arran-

gemanget: bussningen till och från etapperna, toaletterna, kioskerna etc.

De fria starttiderna för motionsklassen var också mycket smart. Målsättningen att komma bland de 100 bästa infriades av **Ingela** och bland de 50 bästa av **Sofia**. Veckan gav mersmak så anmälan till nästa års tävling är redan inlämnad. Hoppas att vi får sällskap av flera! Det skulle vara roligt om vi kunde få ett riktigt "Gotlandsfäste", där man kan umgås på kvällarna efter dagens kamp i skogen. (Det får bli backträning på träningsschemat i vår?)

Det har också varit debut i senior-SM. **Linnéa** och **Jennie** var med på kort- och klassisk distans. En debut som också gav mersmak. Efter Götalandsmästerskapet stannade ungdomarna kvar i Oskarshamn och hade läger tillsammans med övriga gotlandsungdomar i GOF:s regi. Här fick **Linnéa** och **Jennie** Pettersson visa sina orienteringskunskaper på annat sätt, genom att fungera som banläggare under hela lägret. En eloge till våra duktiga tjejer för denna insats. **Lysgranaten** var också en fröjd, när **Roffas tjejer** sprang hem segern i damklassen.

Jacob Enström, Adam Hallström och Sofia Uddin diskuterar 3-dagarsbanorna.



6

7

GÅS - IGEN!

av Hasse Matthing

De tre senaste årens "Eftersåsongsfest" har menyn bestått av en bättre gåsmiddag. Förra året inbjöds gubbar från hela klubben vilket uppskattades så mycket att det blev en repris av festen i år.

Nästan alla WOK-CUPare deltog + ett tiotal övriga. **Generalen**, med bistånd av sin ena adjutant **Nisse Hallgren**, och den frivillige oldtimern **Uno Jonsson**, såg till att det fanns mat och dryck på borden åt alla. Liksom i fjor var vi i GEABs trevliga lokaler, som **Sven-Erik Westfelt**, BRO OK, generöst upplät åt oss.

Robban, adjutant nr två, fick som huvuduppgift att ha hand om uppvärmningen. Det skötte han med den äran, även om en del gnällde över banorna han lagt vid yttre Terra Nova. Att gnälla visade sig inte vara så smart eftersom detta antecknades och det gav sen minuspoäng i slutresultatet!

Efter bastun gled gubbarna ned i poolen för ett avslappnande bad innan det var dags att bänka sig vid middagsbordet. **Anders Olsson**, som inte gjort så stort väsen av sig under tävlingssäsongen, ville nu ha ordet. Han försökte förgäves få igång gubbarna i en slags lagtävling. Som den kulturyttring en gåsupé är, bör den inte störas av ovidkommande inslag. Det var nog så, Anders, att de flesta ville avnjuta den kulinariska anrättningen i lugn och ro!

Efter äpplekakan och kaffet - och Vängevattnet - kom snacket igång och festen varade sen fram till midnatt.

Önskelista inför år 2003?

- ❖ Fler gemensamma träningar för oss, som är 5-85 år.
- ❖ Att rekrytering för alla åldrar blir en fråga som **alla** jobbar med i klubben.
- ❖ Att vi blir flera som åker till O-ringen.
- ❖ Att fler anmäler sig till klubb-dagen, så att vi kan träffas och få äta upp fläskkotletterna som ligger i frysen och väntar. (**Ingela**)

VOK-LOTTERIET

Projektledare: **Berith Hallgren**

Tel/fax: 21 89 97

Nya regler gäller för VOK-Lotteriet från och med maj månad år 2002. Eftersom den gamla Penninglotten har upphört, så är det Jokerdragningen, som dras den sista lördagen varje månad som gäller.

Maj: nr 57 Göte Dahlberg

Juni: nr 64 Margareta Persson

Juli: nr 58 Camilla Leveau

Augusti: nr 45 Gunnar Alvæus

September: nr 45 Gunnar Alvæus

Oktober: nr 01 Lena Dahlberg

*** RANKINGTIPS ***

Tänkte bara tipsa om att jag hittat en rankinglista över alla landets orienterare. Det finns listor över distrikt, klubbar mm, uppdelade på dam- och herrklasser. Klubblistan kanske kan vara intressant att ha med i **Svettbladet**? Om man går in på www.alternativet.nu och klickar på Sverigelistan, så kan man klicka vidare därifrån. (**Lena Nyström**)

Idrott för
nyttänkare.

KÅSERI FRÅN DANN' SEIDU' ÖSTERSJÖEN

av Andreas Mattsson

8

Det har blivit dags för det årliga bidraget till julnumret av *Svettbladet* från mig.

Det här året har det blivit svårare att ta fram material till skrivandet eftersom min medverkan på de gotländska tävlingarna mer eller mindre uteblivit under höstsäsongen. Österåkerkaveln och Lysgranaten, är två exempel på årligen återkommande höjdpunkter under höstsäsongen som har uteblivit för min del detta år.

Student i metropolen Kalmar

Nej, orsaken är inte att jag är allvarligt knäskadad och jag har inte lagt av med orienteringen! Jag är absolut inte lat, utan allt detta beror på att jag numera lever ett liv som student, på andra sidan Östersjön, i metropolen Kalmar. Kalmar, med sina 60 000 invånare, renässansslott, vattentorn och Katrumpan, ligger vid Kalmarsund och stoltserar med en bro till Öland. För att, trots allt, ha något att skriva om inför julnumret av *Svettbladet*, tvingade jag mig vid en resa till Gotland ut till Torsburgen för att springa säsongens sista ordinarie Gotlandstävling (Lysgranaten ej inräknad), 2-milen.

Valde en hedersam Öppen 4-bana

Jag valde den hedersamma "Öppen 4-banan", den över 3,4 km, som många storheter före mig valt. Väl framme vid startplatsen, något försenad på grund av många hjärtliga konversationer på TC, visar det sig att Öppen 4-kartorna tagit slut.

Kanske berodde det på en bisarr sträcka på Öppen 5-banan, där man var

tvungen att antingen forcera genom myren, som även gett namn åt kartbladet i 1:10 000-del, eller välja ett eller två besvärande vägval runt. Sagt och gjort, jag hade trots allt sprungit nära 1,5 km till startplatsen! Det hade varit förläget att springa tillbaka samma väg, så sagt och gjort: Jag valde den något längre Öppen 5-banan och svor tyst om Svaide/Romas bristande förmåga till kalkyler.

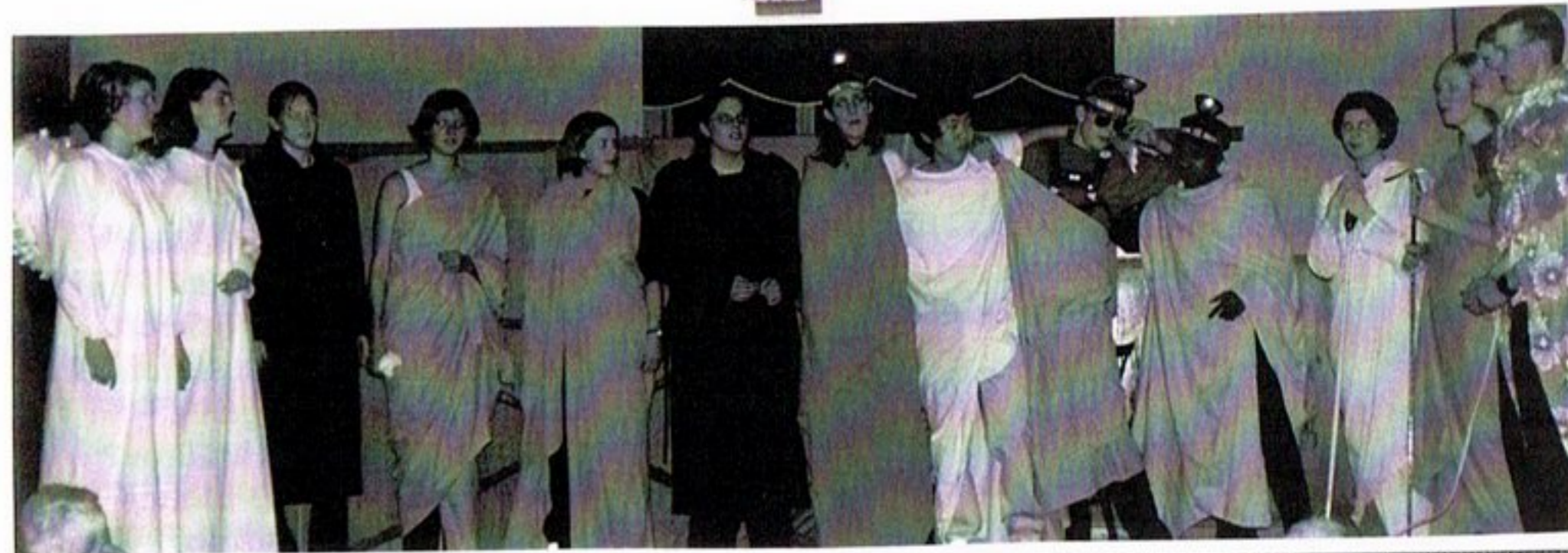
Ringrostigheten märktes

Ringrostigheten märktes, kompassen låg obekvämt i handen och Sportidentpinnen spände så hårt på långfingret att blodtillförseln hindrades, skosnörena gick upp (trots noga tejping) och vederbörande trillade på huvudet när han forcerade över första kalhygget. Loppet var en utflyttad students första riktiga återbekantskap med den gotländska skogen, och tagen av den bedårande gotländska naturen, valde han vägvalet rakt på, över myren (som givit namn åt kartbladet), istället för att välja vägvalen runt.

Vattnet var oktoberkallt och känslan för hur en 2-mil ska kännas infann sig, även om banan inte ens mätte sex kilometer. Bommarna, orsakade av ovana och dumhet, följde och man ska väl, så här i årets sista upplaga av *Svettbladet*, erkänna att alla kontroller inte riktigt hittades.

Fullständigt felstämplad?

Detta kan mannoga kolla upp på Internet med de nya möjligheter som tekniken kring den magiska Sportidentpinnen erbjuder (den som sitter åt



Ovan ser ni artikelförfattaren, **Andreas Mattsson** i en bejublade Jesus-roll på VOK:s Luciafest.

Upplevelser i Tvärskog

Banläggaren, tillika ansvarig för denna träning, frågade mig om jag var rankad och vilken klass jag brukade springa. Jag kan knappast ljuga, jag springer ju i H20 och är rankad, om än på 1276:e-plats. För att komma undan en riktig pärs, lade jag till att jag var lite dåligt tränad på grund av flytt och så. "Okej" sa banläggaren, tillika ansvarig för just denna träning, och skickade ut mig på mittenbanan i H20 Elit-klassen, den som mätte över 5700 meter.

Blev omsprungen vid startpunkten!

Det här var en upplevelse! Terrängtyperna i Tvärskog skiftar snabbt. Det visade sig vara 700 meter löpväg (om än inte snitslad) från växlingsfällan (om än inte uppbyggd) till startpunkten. Redan vid startpunkten blev jag uppsprungen av klubbens "old boys", som startade minuten efter, bland annat tack vare att jag irrade runt på åkerlappen utan att ha bestämt vilket hörn startpunkten satt på. Första kontrollen tog jag snabbt, andra kontrollen råkade jag springa rakt på, utan att egentligen mena det. Tredje kontrollen verkade simpel, bara att följa en kraftledning och sedan ta riktning från en

alldeles för hårt bara för att man inte ska tappa den?). Men frågan är om arrangörsklubben Svaide/Roma spelar mig ett medvetet spratt då man på nätet finner undertecknad, som ju sprang Öppen 5, under Öppen 4-banan, som fullständigt felstämplad, med sju extra kontroller tagna? Maken till fräckhet har jag aldrig varit med om, och bara för det, tänker jag återvända till Gotland och springa fler Öppenbanor.

Bara en DM-budkavle i Småland

"Orienterar jag på fastlandet?" undrar ni. Svaret är tvetydigt, men ändå: "Ja!" Jag har deltagit i en träning med Kalmar OK. Det var en varm sensommar-dag (sommaren ville ju aldrig ta slut i år?) i början av september. Ledarna skjutsade ut mig i klubbens folkabuss, parkerade bredvid en gödselbrunn vid en ladugård, bredvid en åker med mycket sten, utanför det lilla samhället Tvärskog, som ligger mellan Kalmar och det lilla samhället Påryd. I Tvärskog skulle det provspringas banor till den kommande DM-budkavlen i Småland. Nämnas bör att, till skillnad från den gotländska DM-kavlen, gick denna tävling av stapeln endast en gång. Om detta berodde på att man i Småland provspringer banorna grundligt och låter flera löpare kontrollera banläggarens kontrollmarkeringar låter jag här vara osagt...



stolpe. Även om jag gick in tre stolpar fel, gick väl det också ganska bra.

Rambo-Sylvester Stallone-kontroll

Fjärde kontrollen, däremot, visade sig vara något i Rambo-Sylvester Stallone-klassen och jag kände med en gång att det här var på väg att glida mig ur händerna. Gallrad skog, kvistad skog, avverkad skog, ja, även kalhyggen, kantade vägen till nästa kontroll. Jag kom aldrig riktigt in i loppet igen. Sedan följde bommarna - fel höjdkurvor, fel glänta, fel tjärn, fel grustag, fel grop, fel stig, fel jaktorn. Frågan var om jag fortfarande var kvar i Tvärskog?

Livet blev genast litet enklare

Jag lyckades dock bemästra banan, och mot slutet, som gick bredvid en motocrossbana, kändes den glesa skogen igen från P18-området i Visby och livet blev genast lite enklare. Efter 75 minuter kom jag tillbaka till åkern med mycket sten, bredvid ladugården bakom gödselbrunnen.

Andreas kommer igen!

Provspringningen av Smålands DM-budkavle utanför Tvärskog och den totala genomklappningen i Öppen 4 (men var väl Öppen 5?) på 2-milen får, tillsammans med de många träningspassen och joggingturerna i goda vänners lag på friluftsområdet Stensö i Kalmar, summera en utflyttad students höstsäsong i orienteringssväg.

Mina vana trogen fortsätter jag att dela med mig av mina erfarenheter från orienteringsskogen, på Gotland och nu även i Småland. Liksom de senaste åren önskar jag, ifrån tangentbordet på Smålandsgatan 4b i Kalmar, en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År till alla VOK:are!

VAD ÄR "3 R"

av Ingela Westfält-Uddin

VOK är med i 3R. Vad är det? Jo, ett jämställdhetsprojekt som Riksidrottsförbundet dragit igång för att staten ska fortsätta att ge idrotten pengar.

Idrottsresurser på lika villkor?

Projektet ska verka för en rättvis fördelning av samhällets resurser till idrotten. 3 R är en metod som handlar om att mäta representation, resurser och realia. Projektet kan ses som ett pilotprojekt. Hittills har 3 R-metoden främst använts i kommunal verksamhet. Att idrottsrörelsen som en ideell organisation ska testa metoden är unikt.

Från Gotland deltar Endre innebandy-förening, Gotlands Volleybollförbund och Visborgs OK, tillsammans med bandy- och volleybollföreningar från många andra delar av Sverige. **Torbjörn Spång, Lena Nyström** och **Ingela Westfält-Uddin** är de tre som jobbar vidare med detta under 2003. Vi kommer främst att inrikta vårt arbete på att titta på varför man slutar med orientering och om det är någon skillnad mellan tjejer och killar.



Eftersnack! **Stig Lindskog** och **Folke Lindgren** diskuterar dagens bana.

LITE OM WOK-CUPS-ÅRET

av Generalen Hasse Matthing

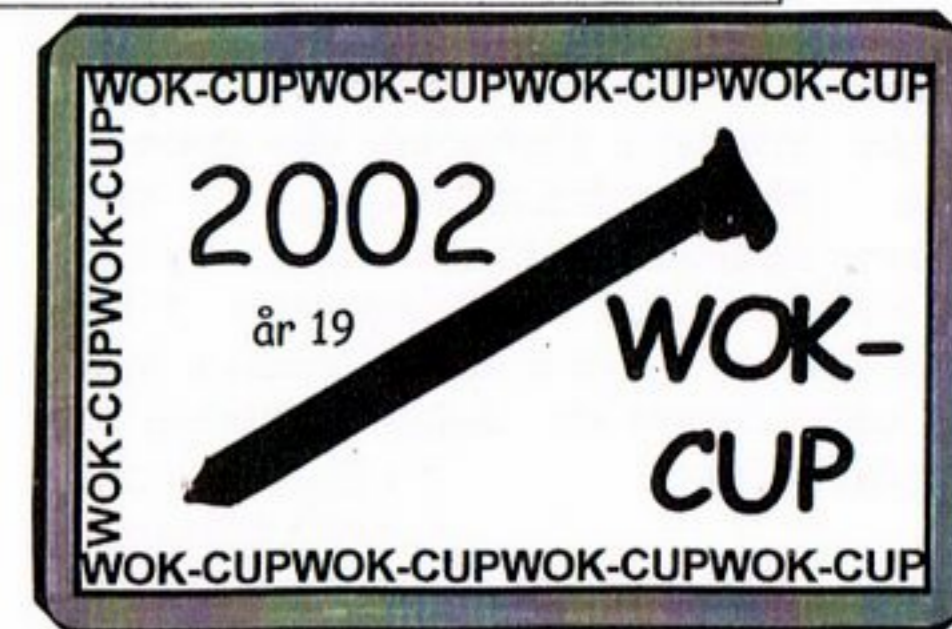
På den s k aktiva listan fanns i år 19 st pappor, samma antal som det är år som tävlingen varit igång. Till nästa år blir det alltså stort jubileum och det bör firas ordentligt!

Pehr Nylander blev den 33:e VOK-pappan som blev invald och kommer därför att vid nästa årsmöte få cupens insignum - en järnvägsräls-spik. Det är nu endast fyra gubbar som deltagit alla år sen starten, nämligen **Göthe Dahlberg, Sven Persson, Per-Ulf Dahlström** samt grundaren av cupen, generalen **Hasse Matthing**.

B-C Larsson blev cupens förste segrare, men han nöjde sig inte bara med en seger utan fortsatte med ytterligare tre. Den som tagit flest vinster, sju st, är fjorårets ena adjutant **Nisse Hallgren**. Den av de yngre (?), som kan ta upp kampen med honom är den andre adjutanten, **Robban Gustavsson**, som redan hunnit med tre segrar. Det är som vanligt de fem bästa resultaten på de 10 utvalda tävlingar, som räknas. Segraren skall vara allround och visa att han kan delta både på kort-, lång-, natt- och klassisk distans och därför ingår alla dessa tävlingsformer i cupen.

Flitig man fick äntligen fullträff

Leif Andersson blev årets segrare och nådde med sina 72 p sånär maxpoängen, 5 x 15 = 75 p. Han startade hårt på vårsäsongen med två segrar och en silverplats och avslutade på liknande sätt. Det gjorde att han redan var klar segrare före årets sista deltävling - 2-milen. Vängesorken är en mycket värdig vinnare och alla unnade honom en viktoria sedan han blivit tvåa fyra gånger. Han har under flera år varit den



flitigaste deltagaren och missar sällan någon tävling. I år var han t ex den ende som deltog i samtliga tio deltävlingar! Med detta goda exempel visar han att det minsann inte bara krävs kvalitet för att vinna WOK-Cupen utan även kvantitet, något vissa av cupparna borde ta till sig!

Deltagarantalet har i år legat på i snitt 7 st/tävling. Tre deltog inte alls och riskerar att flyttas ner till den passiva listan. Därifrån verkar det vara svårt att ta klivet tillbaka, men glädjande nog hände det i år. Det var **Göran Bergfasth** som efter flera års fastlandsträning, tog klivet ut bland de gotländska tynnbuskarna och enetrysarna. Välkommen tillbaka, Göran! På grund av skada kunde jag själv inte delta ordentligt i Cupen i år. Det var vid en av våra natträningar i mars som något gick snett i knäet och fortfarande kan jag inte springa som jag vill. Men till nästa år hoppas jag på comeback - gärna tillsammans med flera andra WOK-CUPare!

I skogen kan ingen hjälpa dig
- ensam i vildmarken
- mot tiden
- mot alla
- det är orientering!

LÅNGVANDRINGEN 2002

av Hasse Matthing

Årets långvandring var den femte i ordningen och den startade från Sanda i Fröjel. Vädret i Visby var för ovanlighetens skull mulet och regnigt på morgonen. Så brukar de inte vara när WOK-CUP-arna är ute och långvandrar! Väl framme vid starten kom så solen som på beställning och jackorna byttes till solglasögon!

Vandringen gick sen längs kusten förbi Djupvik, Vavle och Kronvald. När vi passerat Hammarudd börjar fågelskyddsområdet Ugnen och på reservatsbestämmelserna fick vi inte vandra över de sankta strandängarna ner mot Sproge.

Årets värdpar, **Lena** och **Göthe Dahlberg** hade ordnat med traktorskjuts förbi det förbjudna området. Under stöj och glam äntades en höbalsvagn.

På smala markvägar tog ekipaget, i full fart, ner oss till fiskeläget Klase. Därifrån vandrade vi den sista biten fram till värdparets stuga vid Kvarnåkershamn. Solen lyste under hela vandringen och gissa om vi myste när Lena bjöd på en härlig Chili con Carne-gryta?

I år var vi tjugo st, som gick den vackra vägen längs Ekstakustens vindpinade strandtallar. Med Karlsöarna som sällskap större delen av vandringen, kunde vi inte annat än bestämma oss för att fortsätta med traditionen med en maj-långvandring. Det är ännu inte helt bestämt vart vandringen skall äga rum nästa år, men **Spångs** har ju en stuga på norr så kanske...

Välkomna i alla fall att gå med i maj/juni 2003!

WOK-Cup 2002

Slutresultat

1	Leif Andersson	72
2	Robert Gustavsson	64
3	Nils Hallgren	61
4	Göthe Dahlberg	55
5	Gunnar Hallström	41
6	Göran Lindström	37
7	Göran Bergfasth	32
	Torbjörn Spång	32
9	Sven Uddin	27
10	Svante Ekvall	24
11	Hasse Matthing	21
12	Sven Persson	16
13	Per-Ulf Dahlström	10
14	Hans Mellqvist	7
	Anders Ohlsson	7
16	Pehr Nylander	6
	Jan Rondahl	6
18	Gunnar Alvaeus	0
	Bertil Bergström	0
	Mats Dahlström	0



Sven "Suisse" Uddin ser ut att peka ut färdriktningen, men håller i själva verket sig fast i den fullastade höskrindan! Foto: **Hasse Matthing**

FRÅN BERGSRYGGEN I PERU TILL SUMPHÅLEN I TOFTA

av Erik Fransson

Hörsågen säger att en speciell sorts förfalskad värdekupong märkt "**Free Franssonburgare**" tog sig ända in i ekonomitältet under årets Enduroevenemang och förvirrade räkenskaperna för de nitiska handläggarna. Om nu någon fortfarande känner sig förbryllad över saken, så har jag en lång och sann förklaring till varför kupongerna kom att tillverkas.

Historien börjar i Perus "Alper", där jag reste runt tillsammans med en två meter lång sydtysk vid namn **Thomas** och en rödskäggig schweizare vid namn **Stephan**. Under två veckor i maj vandrade vi 200 km runt bergsmassivet Corellia Huayhuash.

Jesus satt och bad till Gud

Vi var på väg genom natten till den lilla bergsbyn Chiquian för att påbörja vår vandring och jag funderade på hur mycket en bra åsna kunde kosta. I sätet bredvid mig satt prästen **Jesus** och bad för att vi inte skulle trilla ned i bråddjupet. Efter bönestunden frågade han mig plötsligt vad "shit" betyder på engelska och jag förklarade att det är något man säger då det är för sent att be.

Jesus som visade sig vara insatt i frågan som jag satt och tänkte på, menade att ett pris för en bra åsna borde ligga mellan 350-400 soles (ca 1000kr). Vi önskade varandra lycka till innan vi oskadda skiljdes åt på en jordig bygata i centrala Chiquian.

"Buenas dias Señor!


Quiremos comprar un burro!"

Morgonen var kylig och vi var nu tre "gringos" som vandrade runt i byn och frågade män i hatt om de ville sälja en åsna till oss. Det tog 45 minuter, men sedan var jag lycklig delägare i en egensinnig åsna, som vi beslöt att kalla **Maggi**, efter en viss känd järnlady och en viss känd konservburkstillverkare. Maggi bar 30 kg förnödenheter, då vi lämnade Chiquian i farligt nedförslut. Jag var chef över kartan, Thomas var fotograf och Stephan hade åsnepiskan i högsta hugg.

Maggi på rymmen

Efter tre timmar träffade vi två stupfulla musikanter som bjöd på lokaltillverkad dryck och sjöng peruanska nationalsången för oss. Redan andra

FRANSSON BURGARE



GRATIS! Use this ticket, during or after the race, to receive one free Fransson burger from chief-commander Helge in the barbecue kiosk **FREE!**

natten förstod vi att Maggi inte riktigt trivdes i vårt sällskap. Vi hade en trevlig stund framför lägerelden, då vi plötsligt upptäckte att Maggi rymt från lägerplatsen, trots att vi bundit ihop frambenen för henne. Jag och Stephan genomsökte närområdet i kolmörkret. Efter 10 minuters letande hörde vi ett kvävt åsneläte från en känd riktning.

Vid den närbelägna lilla bondgården hann vi uppfatta en jämfotahoppande skugga, innan vi överfölls av två vaktande hundar och en vanlig bonde som erbjöd sig att ta hand om Maggi över natten, mot att vi försåg frun i huset med några huvudvärkstabletter.

Munnen full av cocablåd

Tredje dagen bjöd på strålande väder och de första vitklädda topparna över 6000 meter skar hål i himlen ovanför oss. En äldre man till häst hjälpte oss att hitta den otydliga stigen till vårt första 4700 meters pass. Han hade hela munnen full av cocablåd och bjöd generöst från en påse, som han stadigt höll i ett krampaktigt grepp tillsammans med tömmarna. Stigningen till passet var mycket brant och stigen gick i zick-zack till en meterbred kam, där vi kunde pusta ut efter tre timmars klättrande. Nu visste vi att en åsna var kapabel att stå och äta gräs på en lodrät bergvägg, utan att bry sig det minsta om att en 2 meter lång man skriker tyska okvädingsord bakom dess rygg. Vi slog läger på 4500 meters höjd bredvid en blågrön sjö, belägen under fyra stycken överkligt spetsiga bergstoppar. Trots att natten var klar och fylld av Vintergatans alla stjärnor,



belystes bergstopparna då och då upp av blixtrar från fjärran åskväder. Vi somnade med det dova mullrandet från glaciärernas is- och snöras och vaknade med frost på tältduken.

Sparkade bleisträ med åsnerepen

Efter sex dagars vandring hade vi delat ut nästan alla karameller ur vår stora godispåse och ständigt svarat på lokalbefolkningens standardfrågor: "Vilket land?" / "Karameller?" / "Huvudvärkstabletter?" Vi närmade oss turens högsta pass på 5000 meter och slog läger 500 meter nedanför för att kunna påbörja klättringen tidigt nästa morgon. Innan solen sjönk ned bakom bergen anordnade jag ett litet gotlandsspel för att vi skulle hålla värmen. Vi sparkade bleisträ med åsnerepen och letade varpastenar bland stenmurarna.

"Hasta Mañana!"

Varpaturneringen blev en succé och fortsatte i mörkret med stearinljus som ständigt slocknade på grund av syrebrist. Thomas blev så exalterad av spänningen att han tvingades skrika ut sin glädje över ett vunnet stick. Hela dalgången fylldes av ljudet som ekade mellan bergväggarna. I samma sekund kom fem skuggor ridande genom

mörkret. En indian till häst framträdde i skenet av stearinljuset och allt blev tyst. Vi stod blixstilla med varpastenarna i händerna, då indianen bröt tystnaden med att säga: "Hasta Mañana" ("Vi ses i morgon"), sedan försvann skuggorna ridande ned i dalgången.

Varpaturneringen avbröts och vi gjorde som vanligt upp en eld bestående av åsnebajs. Varpastenarna lade vi i eldens närhet för uppvärmning. Varpastenar är nämligen utmärkta som fotvärmare längst ned i sovsäcken under kalla nätter. Vi satt tysta kring elden och funderade över vad indianen menat med "Hasta Mañana". Vi skulle ju faktiskt ta oss över 5000 m-passet och inte ner i dalgången nästa morgon.

Thomas fick kolik i levern

Gryningen kom och solen ville aldrig nå vårt tält. Thomas frös som en hund och klagade över bröstsmärtor. Vi packade ihop våra saker och begav oss upp mot de soldränkta bergssidorna för att nå passet. Efter en halvtimme blev smärtorna värre för Thomas och vi förstod med ens att indianens onda öga och spådom nu började verka. Vi tog beslutet att vandra 22 km ned genom dalgången till närmaste större by. Efter 2 timmars vandring lyckades vi hyra en häst och en medhjälpare för att Thomas skulle kunna komma fram lite tidigare. Många indianer såg oss, men ingen gav sig tillkänna. När vi nådde fram till byn, fann vi Thomas nedbäddad med dropp under tillsyn av två doktorer. Han hade fått kolik i levern.

Alla saknade tidsuppfattning

Stephan och jag fortsatte vandringen tillsammans med Maggi, som nu visat sig vara en åsnehanne. Vi hade några

hårda, men vackra dagar, då vi vandrade ca 9 timmar per dag för att nå fram till lämpliga övernattningsställen. Byarna vi passerade var översvämmade av skitiga barn, som ville ha karameller. Människorna, som vi mötte på vägen, var vanliga, men saknade tidsuppfattning. Svaret på frågan hur lång tid det tar att gå från ett ställe till ett annat var nästan alltid 30 minuter, trots att verkligheten var närmare 2-3 timmar. Jag konstruerade ett komplicerat matematiskt system för att räkna ut de korrekta tiderna.



The End?

Venga anslöt sig till oss

Sista natten övernattade Stephan och jag på en platå belägen 300 meter ovanför den lilla byn Llamac. Vid den obligatoriska lägerelden överraskades vi av att två hundar och en man kom på besök. Mannen förklarade att han bodde 3 minuters vandring ned för berget och att vi funnit den bästa läger-

platsen i hela provinsen. Han lämnade oss, men också en av sina hundar som sedan strök omkring vår lägereld hela kvällen. Under natten vaktade hunden troget vårt tält som om vi vore kungar. Fyra gånger vaknade jag av att hunden for upp och skällde som om det gällde liv och död. Morgonen därpå döpte vi henne till **Venga** och gav henne kex, vilket kanske var ett misstag.

Hon följde oss som en blindhund

Framför, bakom, under och bredvid! Hon följde oss som en blindhund hela den 20 kilometer långa vandringen till Maggis hemstad Chiquian. En timme innan mörkret lade sig över Chiquian stapplade vi de sista metrarna in över stadsgränsen och välkomnades av "gringo"-rop och "Vilket land?"-frågan. Efter 14 dagars träning var vi nu från Burkina Faso och Bangladesh. Nu hade vi en hund och en åsna att göra oss av med. I den tredje korsningen kom en man i röd tröja fram till oss och sade: "Det där är min hund!" "Jaha", sa vi, "du kan få henne med en gång och även köpa en duktig åsna".

Nu kom även en man i svart hatt fram och frågade om han kunde få köpa ås-

nan. Mannen i svart hatt var påträngande och otrevlig, så vi beslöt oss för att vänta med försäljningen och samla alla intresserade till en auktion klockan 19 samma kväll. Vi gick till en restaurang och surrade fast Maggi vid dörröppningen. Ett tiotal män hängde kring Maggi medan vi åt oss mätta. Vi eskorterade så Maggi till stadens hotell och surrade fast honom utanför.

Det luktade kartellbildning

Medan vi duschade och tog på oss sälj-skjortorna hängde fem man runt Maggi och kontrollerade hans status. Prick 19.00 kom vi ned för att möta massorna med våra välkammade frisyrier. Till vår häpnad fanns nu ingen där, varken mannen i hatt eller mannen i röd tröja. Efter en kvarts väntan kom en okänd man till vår auktion och gav oss ett skambud och meddelade att åsnan var gammal och trött. Vi vägrade acceptera budet. Nu hände något märkligt! Den okände mannen försvann in på en mörk bakgata, där han samtalade med mannen i hatt och mannen i röd tröja. Det luktade kartellbildning. De återvände tillsammans till hotellet, där vi väntade. De sa då att åsnan nu måste få bete för kvällen efter den an-



Schweiziska landslaget i Enduro i full mundering på Tof-ta skjutfält.

strängande dagsvandringen. Någon menade att åsnan var så gammal och trött att den skulle dö av svält om den inte fick bete i samma sekund. De erbjöd oss en betesåker, men vi anade att åsnan då skulle försvinna under natten.

Skänkte åsnan till prästen!

Vi beslöt oss därför att vandra ner med Maggi till den närbelägna kyrkogården, där det fanns rikligt med gräs. Hela vägen ner till grässlätten förföljdes vi av två välbekanta skuggor. Nu var vi helt säkra på att vi inte ville sälja Maggi till någon av dessa två herrar. En idé växte sig allt starkare i våra huvuden. Vi sov en lugn och trivsam skönhetssömn och vaknade med fromma leenden. Vi sadlade Maggi för sista gången och begav oss så i riktning mot den lokala katolska kyrkan mitt i byn. Jag frågade efter prästen Jesus, som strax var på plats utanför kyrkobyggnaden. Vi överlämnade så Maggi som gåva till den katolska kyrkan och fick häpna, men tacksamma, miner som belöning. När vi återvände till hotellet fann vi till vår stora förtjusning att mannen i hatt och mannen i röd tröja stod och väntade utanför.

Tränade med en boliviansk buss

Stephan, jag och Thomas fortsatte vår resa ner genom Perus öknar och djungler och skildes först i Bolivia en månad senare. Jag begav mig ensam ner till chilenska kusten, medan Stephan utan uppehåll lät sig transporteras 72 timmar med boliviansk buss från La Paz till argentinska Buenos Aires. Det var då jag förstod att han var en man att räkna med i ett gotländskt Enduro.

Väl hemma i Sverige, efter fem månader i Sydamerika, höll jag och Stephan

stadig brevkontakt och följande påskhelg for jag till Zürich för att hjälpa till att gallra träd i hans skog. Över ett par öl bestämdes det att jag skulle se till att anmäla ett schweiziskt lag till höstens GGN. Motorcykelklubben Thurnrunk bildades snart av det två vännerna Stephan och Christian, medan jag fick axla lagledarrollen.



"Våra hjältar" Stephan och Christian

Husabermotorcyklar

Förberedelserna började tidigt, eftersom ingen av oss egentligen visste särskilt mycket om Enduro. En karta över bansträckningen kopierades, väderleksrapporter sändes kontinuerligt via SMS till Schweiz och dagen närmade sig med stormsteg.

Efter ett otal telefonsamtal till GGN-kansliet rullade så en schweiziskregistrerad Opel med släp in på mina föräldrars garageinfart i Lunds. På släpet fanns två hyrda Husabermotorcyklar, en 20 liters plastdunk med bensin, ett fastsurrat sexpack öl och en 2 kilos påse mörk, schweizisk choklad. I bilen satt två trötta och nervösa förare, vars meriter inom motorcykelåkning var begränsad till gropig "landsvägskörning" i

gränsad till gropig "landsvägskörning" i Afrika och några vändor mellan hemmet och affären.

Färginverterade rödakorsdressar

En svag känsla av absurditet infann sig på tävlingsmorgonen, då vi backade in det lilla släpet mellan två gigantiska servicebussar. Stephan och Christian for iväg till starten i sina färginverterade rödakorsdressar, medan jag själv kånkade upp bensindunken till tankdepåområdet. Jag satte mig ner på dunken och följde skådespelet i depån med en fascination som bara kan liknas vid en ickeorienterares första möte med en O-ringentävling. Efter 50 minuter kom den förste schweiziske föraren in för omvårdnad och tankning.

Svenskarna är inte kloka!

Christians första kommentar genom hjälmen var: "Svenskar är ta mig f-n inte helt kloka i huvudet!" Stephan kom strax därefter och fyllde i: "Har jag passerat första varningen?" och: "Var kan man bryta?" Som oerfaren lagledare visste jag varken det ena eller det andra och blev pinsamt nog tvungen att konferera med en mera erfaren depåkollega. Efter moget beslut och ytterligare fyra kilometers körning passerade de två vännerna banans varvräkningskontroll.

Totalvurpa!

Christian, som sökt varje håll i banans staket för en utväg till friheten, körde av vid depåavfarten, medan Stephan lyckades missa densamma och nu helt plötsligt var panikslagen ute på ett andra och ofrivilligt varv. Vid den högsta och brantaste backen på banan tog han sats för att orka ända upp, vilket resulterade i fullt gaspådrag och en totalvurpa, där minst en annan förare

fick finna sig i att följa med. Lyckligtvis kom ingen till skada och motorcyklarna höll fram tills det att Stephan darrande klev av banan fem kilometer senare.

Som ledare för det schweiziska laget kunde jag lättad och stolt se mina förare hämta ut varsin tapperhetsmedalj i målområdet. De kunde båda konstatera att detta var det mest vansinniga de gjort i sina liv, vilket gjorde mig ännu mera tillfreds. Som belöning delade jag ut hemgjorda hamburgarebiljetter till mitt tappra landslag och med detta har också historien med "Franssonburgarna" fått sin förklaring och ett värdigt slut.

Erik Fransson

T f landslagsledare och f d äsneägare

HUR VILL VI/NI HA DET???

- * Vill ni orientera på Gotland om 5 år?
- * Risken finns att det inte går!

Om ni vill ha möjlighet att orientera på Gotland om 5 år är det dags att blicka framåt:

- * Vad har vi/ni för visioner?
- * Vem skall arrangera?
- * Vem skall vara ledare?
- * Vem skall delta när alla blir äldre?
- * Vi måste bli på G!

Kom och lyssna och delge oss era visioner! **Lasse Geilert** fortsätter med vårens föreläsning om klubb- samt barn- och ungdomsutveckling.

Ovanstående nödrop kom som mail från GOF:s ordförande **Eric Johansson**. För få anmälda riskerade att mötet skulle ställas in. Var någon från Visborgs OK där? Hur gick det? (**Björn**)

ENDUROT 2002 - VAR DET ETT PUSSEL SOM GICK IHOP?

av Kaj Wirén

Det 19:e endurot är kört. Jubileumsendurot år 2003 ska köras. Det finns det generalsord på. VOK:s årliga generalmönstring är avklarad, med ett bra resultat, tack vare mer än 200 armar och således tack vare mer än 100 framstående VOK-hjärnors samlade kraft.

Tack till Dig som bidrog med Din pusselbit till denna världens största Endurotävling!

Vet Du att:

- vi har lagt ned omkring 3000 arbetstimmar för att ro detta i land,
- vi har tillagat ca 700 kg och serverat runt 2000 portioner pytt-i-panna,
- vi har sålt mer än 5000 varma korvar och
- vi har grillat något mer än 1000 hamburgare med lök, sallad o andra tillbehör

Pusslet gick ihop, bra var det, men gick det ekonomiskt ihop? När detta skrivs finns det inget ekonomiskt utfall att redovisa, men det är klart att det blir en slant över. Hur mycket återstår att se! Hade vi inte arbetat med Endurot de senaste (15?) åren hade vi haft ebb i klubbkassan, något som menligt påverkat vår OL/SKID-verksamhet.

Ska vi fortsätta att stötta GGN och världens största Endurotävling?

Det tycker jag att medlemmarna skall ta ställning till på årsmötet. Min egen spontana reaktion är: Ja, vi ska fortsätta, men vi måste under vintern ta upp en dialog med GGN och förhandla oss fram till ett bättre avtal. Annars ska vi koncentrera oss på vår kärnverksamhet ty en endagars orienteringstävling, med 1000 startande, ger oss större netto än ett Enduro, där huvuddelen av klubbens medlemmar satsar 3000 arbetstimmar.

Vad ska vi ha i stället?

Jag tycker att det är dags att skrota vår stenåldersmässiga Hamurgerian. Aluminiumschabraket är otympligt, är inte särskilt funktionellt och det utgör en arbetsmiljörisk och är ett onödigt (?) transportbekymmer. Vad ska vi ha i stället? Här finns plats för nya friska idéer. Förslag är välkomna!

**SLUTLIGEN:
ETT STORT TACK
till alla som än en gång
gjorde detta möjligt!**

PS HAMBURGERIAN är en vinstmaskin som bör öppnas redan kl 1100 på torsdagen. Den är dessutom rolig att jobba i, säger en som vet. DS



UPPFÖLJNING AV 3-DAGARS

av Björn Fransson

20

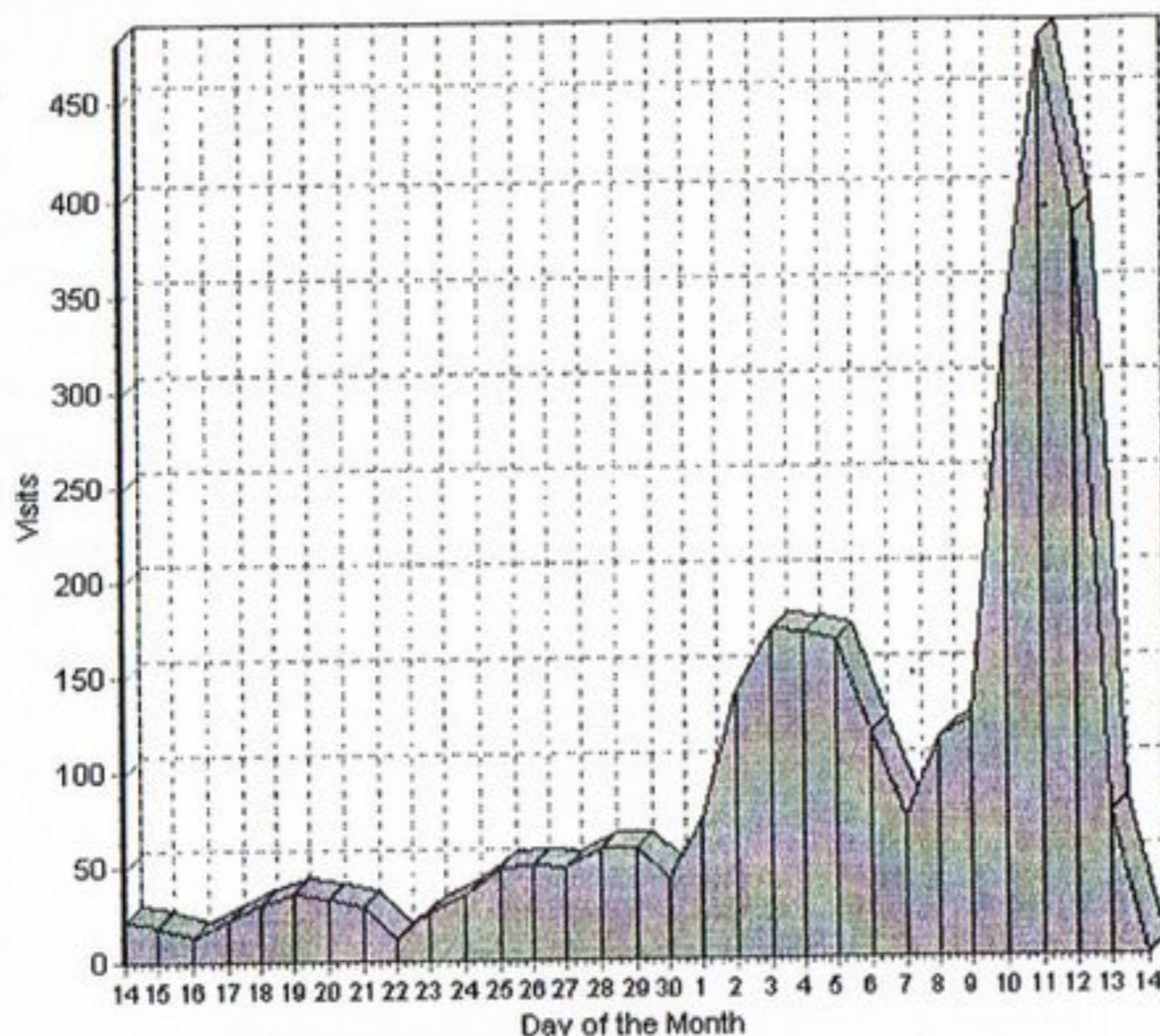
VOK:s webmaster **Helge Fransson** har flyttat till Karlstad för att studera. Det enda som hindrar honom från att fortsätta det viktiga hemsidearbetet är:

1. Brist på det viktigaste: Bidrag från VOK-medlemmarna!
2. Brist på det näst viktigaste – läsare!

Under och efter 3-dagars fick han och vi mycket beröm för vår uppdatering av resultatlistorna på hemsidan och det avspeglade sig väldigt tydligt i statistiken. Helge har lagt in ett program, en "site meter" där han varje söndag får uppgifter om antalet besök per/dag i medeltal. Här ligger "vi" stadigt på 7-8 besökare/dag under större delen av året.

Före, under och efter 3-dagars syntes det tydligt vad som är särskilt intressant för läsarna! Här bredvid ser ni statistiken för andra halvan av juni och första halvan av juli månad 2002. 3-dagars pågick 10-12 juli! Den 11 juli hade hemsidan mer än 475 besökare!

För övrigt var det varje dag en kamp mot klockan, där våra duktiga datapojkar, **Janne Rondahl** och **Stefan Hellström**, fick finna sig i att en ivrig webmaster-pappa i princip stod och ryckte disketterna med resultaten ur händerna på dem! Detta för att de snabbt skulle kunna transporteras hem till Helge, som antingen hängde kvar i väntande vakenhet eller brutalt rycktes upp ur sömnen för att ge bästa möjliga resultatservice. Han jobbade nämligen 03.00 – 12.00 och var rätt "mör" när han kom hem från bageriknoget.



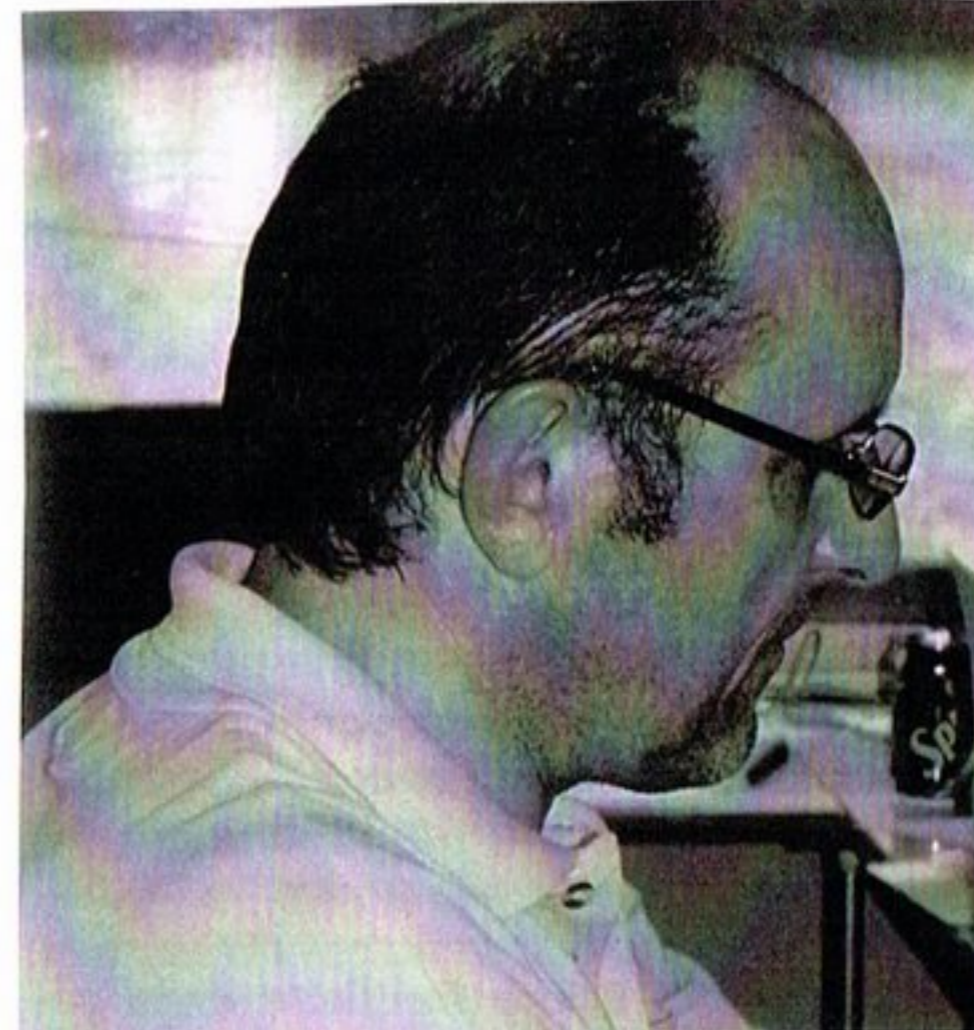
Har du någonting att berätta?
Skriv till: hegga@post.utfors.se
Läs mer på: go.to/visborgsok

SAGT OCH GJORT PÅ 3-DAGARS

Elitlöpare till radiokontrollanterna, när han fått nog, efter ha stångats med andra etappens vilda terräng: "Vill ni att jag ska komma tillbaka till era tävlingar eller...?"

Andra dagen började det klia något rent förskräckligt på **Johan Hörlins** vador. Vid en närmare "besiktning" visade det sig att han var illande röd där! Han hade stått på samma plats inne i speakervagnen under några intensiva soltimmar och fått "soleld" på det enda icke skyddade stället på kroppen!

Efter första dagen var det två personer kvar i skogen. De hittades inte förrän dagen därpå – sedan de efterlysts i högtalarna!



Janne Rondahl – ansvarig för sekretariatet, tillsammans med...

En av dagarna var en 2½-åring på rymmen från barnpassningen. Trots att han hela tiden var trygg, glad och pigg, togs han om hand av någon på TC och förpassades för efterlysning till speakervagnen. Som tur var hade han nummerlapp på sig! Hans mamma och pappa var hela tiden lyckligt ovetande ute och sprang i skogen!

Johan Hörlin i ett ögonblick, när inte mikrofonen var på, i speakervagnen: "Jag undrar bara – hur gör tjejerna, när de tömmer sin pinne efter målgången?"

Gunnel Fransson i en snabb replik: "Ja, hur är det egentligen med gubbarna över 60 och deras pinntömning?" ("Du får väl se i maj 2003!" replikerade en henne närstående man i vagnen, där det nu började kännas ganska trångt...)

På tal om pinntömning, så var den inte helt lätt. När det var som värst, hann

21

inte det enda hålet, där denna kunde ske, med. Under en god stund var det en väldig kö, innan löparna äntligen fick tömma sina pinnar och få besked om de blivit godkända eller inte.

När det började dra ihop sig till elitmålgång den sista dagen, placerade sig biträdande tävlingsledare **Bertil Bergström** strategiskt vid sidan av mållinjen. Det visade sig vara en klok åtgärd! När elitherrarna kom stormande, gällde kampen inte att komma först till hålet, utan att vara först över mållinjen! Eftersom måldatorn klockar tiden, när pinnen sätts i hålet, blev det en del "strul" med resultatlistan! Först var nämligen en löpare, som stupade över mållinjen, men missade hålet! Så småningom korrigerades resultaten efter den enväldige domaren Bertils visa bedömning – trots att han höll på att dras med i mållinjefallet!



... **Stefan Hellström**, är numera helt oumbärliga i 3-dagarssammanhang!

Till broehus@euromail.se, dvs **Bertil Bergströms** email-adress, kom det en förfrågan från ett OL-par från den ryska sportklubben Trampolin, som ville vara med på 3-dagars. De behövde ha en officiell inbjudan från oss för att få visum. Efter det att Bertil löst diverse problem med översättningen från det ryska språket, snodde VOK:s sekreterare **Gunnel** ihop en inbjudan på engelska, som faxades iväg.

Tydligt fungerade det hela till belåtenhet, eftersom paret dök upp i en gammal, ryskskyltad bil ute i Othem. Han sprang OL och hon konkurrerade framgångsrikt (?) med Intersport genom att sälja ryska kompasser, sannolikt för att få resan att gå ihop. Innan de dök upp, hann Bertil "få stora skälvan", när DN avslöjade att ett antal moldaviska idrottskvinnor försvunnit på väg till tävlingar i Sverige. Man misstänkte att någon påhittig sexförsäljare hittat på ett nytt sätt att fixa hit kvinnor för att kunna bedriva "världens äldsta yrke", prostitution...

Innan starten första dagen fick **Leif** och **Annelie Andersson** ett besked, som kan få vem som helst att tappa fattningen: Startansvarige **Hasse Mellqvist** hade blivit sjuk och kunde inte vara med! Vad gjorde Leif och Annelie då? Jo – fixade det förstås! Med beröm godkänt dessutom!

Utanför tältet för direktanmälan fungerade "rätt-man-på-rätt-plats" **Hasse Matthing** som "oljeljutare på vågorna". När trycket var som värst, stod han där som en polis och såg till att folket i kön

höll sig på plats och dessutom såg ut som om de gillade det!

*** BREV FRA NORGE ***

"Hei!

Vi hadde en gjennomgang med kassereren i forrige uke for å se om vi hadde fakturaen på løpene.

Vi vil betale beløpet til deres konto så snart vi får reist over grensen til Strömstad og regner med at dette vil være i orden i løpet av en ukes tid.

Ellers må vi takke for flotte arrangementer. Vi kommer sikkert tilbake neste år og da forhåpentligvis med flere enn 11 løpere!

Med vennlig hilsen fra Per Olav Andersen, Tistedalen FL, Postboks 18, 1790 Tistedal, Norge. www.tfl.no (Via Lena)



Sören Thulin var svår att fånga på bild, eftersom han aldrig stod stilla! Han var aldrig långt borta från hammare och såg.

OL-ÅRET 2002 I BACKSPEGELN

av Kaj Wirén

DM-resultaten:

DM-tecknen 2002 fördelade sig med 16 till herrarna och 28 till damerna. Dammernas framfart är glädjande. Vi applåderar våra duktiga damer/flickor och önskar dem lycka till även nästa år. För herrarnas del ser det sämre ut. Vad kan det bero på? Låg ambitionsnivå eller hårdare konkurrens? Kanske ska det till lite mera jävlar anamma !?

Så här fördelade sig segrarna:

Lång-DM: 1 H + 5 D

Sprint-DM: 2 H + 4 D

Natt-DM: 2 H + 5 D

Kort-DM: 4 H + 4 D

Budkavle-DM: 1 H + 2 D

Dag-DM: 6 H + 8 D

3-dagars...

... blev en fjäder i hatten för oss. Ett bra arrangemang, med en omtyckt terräng, fast vi själva fruktade kritik för just den. 1000 deltagare/dag var något sämre än vi räknat med, men konkurrensen från andra tävlingar är allt hårdare och resan till Gotland kostar en del.

25-manna...

... visade att våra ungdomar stormar fram. De är mogna att redan nu konkurrera med löparna i de allra bästa lagen. **Jenny P, Linnea U, Linnea G, My M, Elena Ö, Emma L, Adam H** och **Erik P** var med den här gången och de sprang bra allihop.

Erik sprang, 15 år gammal, den 25:e och sista sträckan som en hel karl. Har han prenumererat på slutsträckan de närmaste 15 åren? Utöver de nämnda ungdomarna har vi några till, som nu inte deltog men som platsar in även de.

Vad vi saknar, för att laget ska bli riktigt vasst, är 5-6 stycken duktiga H21 or. Var ska vi hitta dem? Till **Andreas** och **Magnus**: "Ni måste övertala några av era militärkollegor att göra en seriös OL-satsning i några år!!!"

Smålandskavlen...

... den 50:e i ordningen - såg tre VOK-lag delta. Vi placerade oss på den bättre halvan i klasserna D 21, D 120 och H 180, trots att den kuperade terrängen inte precis var den vi är vana vid. Det gav mersmak! Nästa år går kavlen i Eksjö-trakten.

I "Pipeline" eller på önskelistan inför 2003:

Resultaten i år visar att vi kan höja ribban inför nästa år. Vågar vi inte så vinner vi inte!

- En tröjsegrare på herrsidan är något vi önskar oss. Ge Järnet, Andreas och Magnus!
- En tröjsegrarinna på damsidan är vad vi väntar på. Redan nästa år?
- <150 plats på 25-mannakavlen är möjlig med bästa laget. Det ska vi bara ha!
- 50 st DM-tecken är ett helt realistiskt mål att sätta upp för en klubb i medvind.

Slutligen är det viktigt att vi kan arangera ett bra **VETERANMÄSTERSKAP** på FÄRÖ den 16 - 17 augusti 2003.

God Jul och Ett Gott Nytt OL-År!!! Vi ses vid Svaidestugan på nyårsdagen!!



VISBORGS OK

Box 1245
621 23 VISBY

B FÖRENINGSG- BREV

BEGRÄNSAD EFTERSÄNDNING

Vid definitiv avflyttning återsändes försändelsen med uppgift om ny adress.

SISTA SIDAN

CITERAT

*** UR ÅRETS (?) BOK OCH FILM? ***

"Bra löparskor och pålitlig kompass, vad hjälper det, om jag inte vet vad som är upp och ned på kartan?" (*Katarina Mazetti* i "Grabben i graven bredvid")

*** SOMMARENS HÖJDPUNKT ***

5-dagarsveckan i Skövde. Fem dagars orientering i Västergötlands skogar. Kontrollerna satt som på radband och i min egen värld gjorde jag en heljuten succé. (*Magnus Ihreskog* i GT)

*** SOMMARENS FIASKO ***

Gotlands Tidningars lokala bevakning av 5-dagars, en av världens största idrottstävlingar. Seniorelitens tider i resultatbörsen och i övrigt ... inte en rad. Pinsamt dåligt. (*Magnus Ihreskog* i samma GT)

*** ÅRSMÖTE OCH VOK-DAG ***

Lördagen den 25 januari håller Visborgs Orienteringsklubb sitt årsmöte.

Lördagen den 15 februari kallar "Klubbservice" till en VOK-dag.

Platsen är inte bestämd för något av evenemangen, så håll utkik i kalendariet och i kallelse under rubriken "Från klubbarna" i GT och GA.

INNEHÅLL

- Sid 2: *Göranden* och *Låtanden*
- Sid 3: Enkät om VOK-stugan
- Sid 4: Känner du *Glyceria Maxima*?
- Sid 5: Cykle + OL = sant!
- Sid 6: Tillbakablick
- Sid 7: VOK-Lotteriet. Gås - igen!
- Sid 8-9: Kåseri från dann' seidu
- Sid 10: Vad är 3R?
- Sid 11: Litet om VOK-Cupsåret
- Sid 12: Långvandringen 2002
- Sid 13-16: Från bergsryggarna i Peru...
- Sid 17: ... till sumphålen i Tofta
- Sid 18: Hur vill vi/ni ha det?
- Sid 19: Endurot 2002
- Sid 20-22: Uppföljning av 3-dagars
- Sid 23: OL-året 2002 i backspegeln
- Sid 24: Sista sidan

Den här gången går **SVETTBLADET** tillbaka till "normalt" sidoantal. Redaktionen tackar alla sina bidragsgivare och passar på att önska alla VOK-are:

GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR!
från Familjen Fransson



Svante Ekvall
Försvarmakten, Skövde
H 45 Motion

- Det har varit utmärkt. Både jag och frugan har sprungit motionsklass, så vi har kunnat följas åt och startat vid samma tid.

- Vi har startat ungefär på samma tider som de

övriga i klubben. Jag hade aldrig någon tanke på att alltid starta sent exempelvis.

- Det har flutit mycket bra, aldrig några köer vid starten. Det här är det bästa som införts på länge i O-Ringen.