



# SVETT-



# BLADET

UTGIVET AV  VÅREN 2010



**Förr eller senare möts de - skidspåren och OL-skärmarna.**  
Denna vinter blev det "senare". För vissa VOK-are finns det glädje över att skidspåren håller för åkning - för andra är längtan stor efter att få börja leta efter skärmar igen. För ganska många gick de båda att förena - när de fick leta efter skärmar längs skidspåren.  
Skidorientering heter Gotlands nya sport en vinter som denna.



# SVETT- BLADET

Mer eller mindre officiellt organ för  
Visborgs Orienteringsklubb

Svettbladet utkommer två gånger  
per år - under våren och innan jul

Upplaga: Cirka 300 ex = 1 ex/familj

## Huvudredaktör/ansvarig utgivare:

Björn Fransson, Lunds Västra 5,  
622 61 Visby  
Tel: 0498-264568  
Mobil: 070-3649343

E-post: [bjorn.fransson@telia.com](mailto:bjorn.fransson@telia.com)

Redaktörer: Kommittéledare och andra  
som blivit ombedda att skriva eller  
som alldeles på egen initiativ bidrar.

## Redaktörsord

Glad vår på er, gamla och nya läsare! Av  
tradition är denna spalt det sista som  
skrivs innan Svettbladet går till tryck.

Nyss var jag tvungen att göra en väl-  
kommen ändring i rutan här ovan. Upp-  
lagan är nu 300 i stället för 250, pro-  
centuellt sett en mycket stor ökning. Det  
beror på att vi fått inte mindre än 50  
nya familjer i vår VOK-gemenskap! Ni  
ska alla känna er välkomna till vår  
klubbtidning!

Nästa nummer av detta blad planeras  
komma ut lagom till Luciafesten i de-  
cember. Innan dess ska mycket hända  
i vår klubb. Inne i Svettbladet skriver  
vi om alla planer inför året 2010 - och  
förhoppningsvis kan vi i slutet av året  
skriva om hur det gick med deras för-  
verkliganden.

Hälsningar från **Björn**, redaktör'n.

= 2 =

## Innehåll

Framsidan : VOK-stugan i vinterskrud  
Sid 2 : Redaktörsord. VOK-Lotteriet  
Sid 3 : Vid rodret  
Sid 4 : Avgifter. Mötesplan.  
Sid 5: Styrelse och kommittéer 2010  
Sid 6 : Guld till Rolf!  
Sid 7 : Utmärkelser till VOK-are  
Sid 8 : Massor av nya medlemmar  
Sid 9 : Nästan ny i VOK-Rolf Ellenfors  
Sid 10 : 2010 - VOK-stugans år  
Sid 11: 2010 års tävlingar  
Sid 12: Unga ledare 2010  
Sid 13: Tränarsyn på skidsäsongen  
Sid 14: Vinterns verksamhet  
Sid 15: Första gången på skidor  
Sid 16: Barnens Vasalopp - en succé  
Sid 17: Kortvasan  
Sid 18: Kändisspotting i VOK-stugan  
Sid 20: Kör så det ryker!  
Sid 22: VOK-are i Vasaloppsspåren  
Sid 23: Ny i VOK-stugan - Conny  
Sid 24: Från Länsstyrelsen till VOK  
Sid 25: Nytt om snökanonprojektet  
Sid 27: Rapport från WOK-Cupen  
Sid 28: Skidhistorik  
Sid 31: Harsalägret  
Sid 33: Brev från Linnea  
Sid 34: Naturpasset. Bisons skidspår  
Sid 35: Anmälan via Eventor  
Sid 36: Annonser. BH-Ligan bejakar...

## VOK-Lotteriet

av Berith Hallgren

... finns numera på hemsidan - med vin-  
narna månad för månad. Kolla själv på  
[www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se).

De senaste vinnarna:

Januari: nr 04 **Anna Dahlström**

Februari: nr 99 **Anders Birgersson**

Mars: nr 92 **Anki Hallström**

## Stort tack!

till alla bidragsgivare, ingen nämnd och  
ingen glömd, till detta 36-sidiga num-  
mer av Svettbladet. Utan er hade det  
inte blivit mycket att fördjupa sig i!

= 3 =

## Vid rodret

av Kaj Wirén

### Återblickar och funderingar

Klockan är 19.45 måndagen den 8 mars  
2010. Jag sitter i skiduthyrningen och  
väntar på att alla som hyrt, ska lämna in  
sina skidor, så att jag kan stänga för  
kvällen. Det har varit bra för att vara en  
måndagskväll.

Det är även kvällen efter en 30-timmars-  
resa med buss-båt-buss-båt-buss-båt  
från Adelboden i Schweiz till Visby på  
Gotland. Ska bli skönt att snart få krypa  
ner i sängen...

### Har inte åkt skidor på 15 år!

Just då stiger en man i yngre medelål-  
dern in genom dörren. Han har inte åkt  
skidor på femton år, men vill nu prova  
på. Jag tar fram ett par lättglidande  
Elan-skidor.

Kunden går och jag blir sittande och  
börjar skriva på mina bidrag till Svett-  
bladet. Till det näst sista numret av  
Svettbladet, som **Björn Fransson** kom-  
mer att vara redaktör för. Det är 30 år  
sedan Björn gav ut sitt första Svettblad.  
En enastående uthållighetsprestation!  
Vem vågar ta över???

### Framgångsrikt och arbetsamt

Jag blickar tillbaka på år 2009 och den  
vinter som började den 17 december och  
som ännu inte är slut. Konstaterar att  
de senaste 438 dagarna varit en mycket  
framgångsrik, men också mycket arbet-  
sam period i VOK:s historia:

- \* Visborgs OK blev på Idrottsgalan  
i januari utsedd till **Årets Idrotts-  
förening** i kamp med cirka 100  
(?) andra gotländska föreningar.
- \* **Linnea Gustafssons** framgångar  
är anmärkningsvärt bra. Att hon  
inte fick GT-guldet på samma  
idrottsgala, visar bara hur lite  
vetskap gemene man har om  
orienteringssporten och hur sten-



Kaj - en bestämd man i sina bästa år!  
Foto: **Björn Fransson**

hård konkurrensen i en världs-  
omspännande individuell idrott  
är.

- \* Visborgs OK genomförde under  
2009 ett antal stora OL-arrang-  
emang krönt med vårt 23:e En-  
duro med mycket väl godkända  
betyg.

Skidsäsongen har i skrivande stund  
varat i 81 dagar. Kan den fortsätta i 20  
dagar till, så har vi slagit rekordet från  
säsongen 2005/2006, då vi hade 100  
dagar med skidåkning i obruten rad.  
Hoppas det, för vårskidåkning är ju  
den allra bästa.

### Klirr i kassan

Vi har samlat in en hel del klirr i kas-  
san. Vad vi behöver dem till redovisar  
jag på annan plats i tidningen.

Vi har sedan årsskiftet ökat vårt med-  
lemsantal från 370 till runt 500. Det är  
en nästan osannolik 35 %-ig ökning!  
Det känns väldigt bra, tycker jag. Vi  
satte för 5 år sedan målet 600 medlem-  
mar. Det målet börjar nu kännas möj-  
ligt.



Vi behöver nya friska krafter som kan segla VOK-skutan vidare mot nya djärva mål. Alla nya medlemmar ska introduceras, känna sig välkomna och jag hoppas att några av er så småningom tar över.

#### VOK-skutan seglar i medvind

VOK-skutan har seglat i medvind under en tid. Skulle det plötsligt bli stiltje eller börja blåsa motvind, måste vi alla kavla upp ärmarna och ro skutan dit vi vill.

Vi vill, tycker i alla fall skepparen, utveckla vår fina förening ytterligare och bibehålla greppet som Gotlands ledande friluftsanläggning både vinter som sommar. VOK-stugan med omgivningar är en idyll, som just nu i vinterskrud kan likställas med små röda dalastugor längs Vasaloppsspåret...

Klockan är 20.00 och den ensamme skidåkaren, som kört 15 kilometer på elljusspåret, lämnar in skidorna och jag kan åka hem... Träna nu på och lycka till i OL-skogarna även i år, önskar Kaj!

## VOK:s mål

Ge medlemmarna möjlighet att utvecklas socialt och idrottsligt genom samverkan, samarbete och samvaro.

## Medlemsdag/ Klubbfest

Boka redan nu in söndagen den 4 juli ca kl 1500-2000 för en medlemsdag/klubbfest. Mera information kommer på hemsidan. (Kaj Wirén)

**Var klok - sponsra VOK,  
till exempel med  
en stolpe!**  
(Se Info på sid 22)

= 4 =

## Avgifter 2010

### Medlemsavgift

Familj	500 kronor
Enskild, vuxen	200 kronor
Enskild 20 år och yngre	100 kronor

Tidigare medlem: Om familjeförhållanden ändrats eller om Ni har flyttat, notera detta.

Ny medlem: Meddela adress, telefon-nr och födelsedatum. Kan göras som e-post.

### Tävlingsavgift

Orientering	500 kr/år
Skidor	200 kr/år
Både orientering och skidor	700 kr/år
Avgiftsfritt för alla upp till och med 20 år.	

Medlemsavgifter inbetalas på bankgiro 5791-2750, Visborgs OK eller till konto 84806-9931369129.

Frågor? Ring till Ing-Marie, som har hand om medlemsregistret, tel 218635, eller e-maila: [im.bergman@telia.com](mailto:im.bergman@telia.com)

## Viktig info

### VOK-stugans telefonnummer

är inte alltid lätt att hitta i telefonkatalogen, men här: **26 11 62.**

Vår vaktmästare **Sören Thulin** kan även nås på sin mobiltelefon: **070 - 242 84 33.**

### Klubbens officiella adress:

**Visborgs Orienteringsklubb (VOK),**  
Box 1245, 621 23 VISBY

**VOK PÅ INTERNET:**  
[www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)  
Mail till klubben:  
[info@visborgsok.se](mailto:info@visborgsok.se)

= 5 =

## Visborgs OK:s styrelse och kommittéer 2010

Så här ser listan ut över alla de som ska styra och ansvara för VOK:s olika verksamheter under 2010 ut (enligt beslut på årsmötet 2010-02-06):

### STYRELSE:

**Ordförande:** Kaj Wirén, tel 213719

**V.ordf.:** Per Lindqvist, tel 248468

**Sekr.:** Gunnel Fransson, tel 264568

**Kassör:** Lena Nyström, tel 248100

**Ledamot:** Rolf Malmros, tel 218635

### Tävlingskommitté:

Leif Andersson, sam.kall., tel 51261

Stefan Hellström, tel 277808

Hasse Mellqvist, tel 277939

Andreas Nikolausson, tel 262124

### Skidskommitté:

Anita Carlsson, sam.kall., tel 31327

Aina Österdahl, tel 278971

Mattias Vejens, tel 248239

Fredrik Gustafsson, tel 070-6605093

Anders Carlsson, tel 31327

### Träningskommitté:

Rolf Malmros, sam.kall., tel 218635

Ingrid Danielsson, tel 215942

Anders Birgersson, tel 36262

### Ungdomskommitté:

Anna Samelius, sam.kall., tel 491086

Robert Gustafsson, tel 248100

Ingrid Enekvist, tel 276209

Gurli Hörnell-Rondahl, tel 213729

Charlotta Dahl, tel 277132

Mikael Gardelin, tel 50915

Alice Ohlsson, tel 37137

### Klubb-service:

Elisabeth Molinder-Pettersson,  
sam.kall., tel 277516

Kicki Karlsson, tel 50915

Lotta Ohlsson, tel 37137

Göran Ahlgren

### Anläggningskommitté:

Anders Ardin, sam.kall., tel 216333

Sven Pettersson, tel 277516

Bengt Gardelin, tel 50915

Joakim Ahrling, tel 278166

### Revisorer:

Tommie Olsson, sam.kall., tel 277501,

Bo Magnusson, tel 276209

Olle Gardell, suppleant, tel 271827

### Övriga funktionärer:

Anna Rondahl (VOK-Shopen),  
tel 213729

Ing-Marie Bergman (Medlems-  
registret), tel 218635

Björn Fransson (Svettbladet),  
tel 264568

Johan Öberg (Hemsidan), tel 070-  
3846888

### Valberedning:

Bo Magnusson, sam.kall., tel 276209

Patrik Rönnbäck, tel 491086

Nils Hallgren, tel 218997

## Press-stopp 29/3!

**Anders Ardin** skriver så här i ett mail till styrelsen:

*"Jag har efter moget övervägande kommit till ett beslut, jag lämnar anläggningskommittén. Beslutet har inget med någon person eller enskild händelse att göra, utan har helt personliga skäl.*

*Jag har under den senaste tiden upptäckt att jag tagit på mig mer ideella och andra engagemang än jag orkar med. Följden har blivit att jag inte orkat och att humöret sviktat med grinigt uppträdande som följd.*

*Detta gör att jag måste sortera bort något och då får VOK stryka på foten. Jag lämnar naturligtvis inte klubben utan kvarstår som medlem och hoppar in för punktinsatser, liksom övriga medlemmar, om jag blir ombedd.*

*Jag har vidtalat övriga i kommittén. och Jocke tar över rollen som sammankallande tills de har diskuterat det internt."*



## Guld till Rolf!

På Idrottsgalan utdelades Gotlands Idrottsförbunds förtjänstmedalj i guld till **Rolf Pettersson**, Visborgs OK. Han kommer därmed att tillhöra "Guldklubben". I denna exklusiva klubb finns sedan tidigare våra VOK-are **Sven Larsson** och **Rolf Malmros**.



På bilden ovan kan ni beskåda äkta beundran" från **Aina Österdahl**

Foto: **Björn Fransson**

### Förtjänstmedaljen i guld

Gotlands Idrottsförbunds förtjänstmedalj instiftades år 1912 och har som bakgrund ett parti av Visby ringmur och i förgrunden en stångstörtare. På framsidan en lagerkrans och medaljen är i övrigt försedd med blått och gult band.

Förtjänstmedaljen i guld är förbundets högsta utmärkelse och tilldelas idrottsledare som under minst 20 år nedlagt ett förtjänstfullt och framgångsrikt arbete för den gotländska idrottsrörelsen och som tidigare tilldelats förtjänstnålen i silver.

Förtjänstmedaljen i guld utdelas på Gotlands Idrottsförbunds årsmöte efter beslut av GI-styrelsen. Förutom guldmedaljen får mottagaren en miniatyrnål i guldvalör.

### Visborgs OK blev årets idrottsförening

Ingen har väl kunna undgå att läsa om att Swedbanks Idrottsstipendium till Årets Idrottsförening vid Idrottsgalan gick till Visborgs OK.

Så här lyder bestämmelserna för att få denna fina utmärkelse:

Swedbanks stipendium till "Årets Idrottsförening", instiftades 1975.

1. Stipendiet består av 5.000 kr samt diplom.
2. Till "Årets Idrottsförening" kan utses idrottsförening som är medlem av Riksidrottsförbundet och representerat på Gotland genom Specialdistriktsförbund.
3. Till "Årets Idrottsförening" kan förening utses flera gånger.
4. Överlämnandet av stipendiet sker vid Gotlands Idrottsförbunds årsmöte genom representant för banken.
5. Som underlag för korandet av "Årets Idrottsförening" tas hänsyn till föreningens verksamhet och utveckling i stort samt speciell inriktning på ungdomsverksamhet.
6. Förening som erhåller stipendium skall använda detta till någon form av uppmuntringspris för ledare eller aktiva som under året bidragit till att föreningen tilldelas stipendiet.

Som framgår av sidan 9 fick VOK:s ordförande **Kaj Wirén** ta emot priserna under högtidliga former.

## Utmärkelser

### Mankans Minnesfond

\* **Alice Olsson** och **Viktor Owen Bergmark** har fått 2009 års Resestipendium ur Mankans Minnesfond.

\* **Emma Lindgren** har utsetts till att bli mottagare av Visborg OK:s stipendium.

\* **Mikaela och Tove Rönnbäck** har erhållit Gotlands Skogskarlarers hederspris för goda prestationer under året.

### VOK-standaret 2009

**Stefan Hellström** fick på årsmötet ta emot VOK-standaret för ovärderliga insatser och tålmod i den datoriserade delen av alla Visborgs OK:s tävlingsarrangemang. Foto: **Björn Fransson**



### Bästa ungdomsledare

\* **Mattias Veglens** har utsetts till att ta emot Visborgs OK:s vandringspris för att han var Visborgs OK:s bästa ungdomsledare 2009. Mattias var inte med på årsmötet, utan får sitt pris vid ett senare tillfälle.

## Guldklubbens stipendium till Linnea

Guldklubbens delar ut ett stipendium vid Idrottsgalan varje år. Linnea Gustafsson fick 2000 kr och ett fint diplom för sina prestationer under året.

### Guldklubbens Stipendium

Stipendiet instiftades i samband med Guldklubbens bildande 15 juli 1978.

1. Gotlands Idrottsförbunds styrelse jämte en representant för Guldklubben utser stipendiat.
2. Stipendiet består av 2.000 kronor samt diplom.
3. Stipendiet utdelas på Gotlands Idrottsförbunds årsmöte.
4. Varje år utdelas högst två stipendier till aktiva idrottsutövare eller idrottsledare som visat sig välförtjänta därav.
5. Förslagsrätt tillkommer GI-styrelsen och Guldklubbens ledamöter.

### Beröm!

**Eva Emanuelsson**, D50, IFK Lidingö SOK i Skogssport: "Under året som gått (2009) har jag tyckt att det varit mycket som inte varit bra på de tävlingar jag sprungit (Veteran-RM undantaget, ett perfekt arrangemang)."

### Väderprognos

**Sveriges Radio Gotland** med tisdagens väderprognos: "En och annan flinga under större delen av dagen"... (Uppsnappat av **Gunnel**)

### Tänk efter före

Har du haft problem med vallan? Var den kanske för gammal? Kolla då ordentligt på tuben eller burken nästa gång! Det ska stå "BÄST FÖRE" på den!

### \* Snö \*

"Snön är inget man driver med".  
"Snön får man ta med en nypa salt"



# Massor av nya medlemmar!

av Ing-Marie Bergman och Björn F

Vi i Visborgs Orienteringsklubb (VOK) välkomnar alla nya medlemmar till vår klubbgemenskap! Ni är hela 138 stycken, vilket gör att klubben nu har 500 medlemmar.

En del av er har inte lämnat någon mailadress, vilket innebär att ni inte kommer att få ta del av all information, som klubben kanske vill ge er. Några av er har inte heller lämnat personnumret och kan då ni tyvärr inte registreras som medlemmar i Visborgs OK.

Om ni känner på er att ni missat detta eller känner er osäkra, skicka då gärna era uppgifter till Ing-Marie Bergman på adress [im.bergman@telia.com](mailto:im.bergman@telia.com)

Om ni vill börja tävla i orientering så måste ni också meddela Ing-Marie, så jag hon får registrera er som aktiva orienterare. Vill ni dessutom kunna anmäla er själva, så måste hon ha er mailadress. Det sistnämnda gäller alla VOK-are, även de gamla!

Det senaste årets medlemsutveckling har varit enorm och det känns både ansvarsfullt och glädjande. Vi vet inte allas motiv till att ni vill vara med i Visborgs OK, men vi hoppas förstås att det inte bara är för att ni vill stödja klubben ekonomiskt, även om det är en viktig bit för oss.

Minst lika viktig är dock att ni vill stödja klubben genom aktiva insatser vid stugan, med spåren, med snökanonen, med styrelse- och kommittéarbete och vid klubbester. Välkommen som aktiv i en aktiv klubb!

Saknar du någonting i **SVETT-  
BLADET?** Skriv och berätta!



Foto och text: *Björn Fransson*

## Nästan ny i VOK - Rolf Ellenfors

Han heter **Rolf Ellenfors** och är gift med **Margareta**. Paret bor i nybyggt hus på en skogstomt längs Ygnevägen i Västerhejde. Huset ligger längst ned i en liten kvia, som Rolf själv fått skotta hela vintern. Bra styrketräning, i stället för att ta bilen in på gymmet!

Margareta är barnfödd i Västerhejde och tomten de byggde på för två år sedan är hennes fadersarv. Hon arbetar som sjuksköterska på Korpen och har ännu ett antal år kvar, innan det är dags för henne att pensionera sig. Rolf fyller 70 år i år och de båda flyttade till ön, när han blev pensionär från Lantmäterichefsjobbet i Västervik.

Han är uppvuxen i Söderhamn, där han lärde sig åka skidor. Intresset finns fortfarande kvar, så det har blivit lång mil vid VOK-stugan denna vinter. Annars motionerar han mycket med parets två stora **Golden Retrievers**, som ger honom några timmars daglig motion i trakterna runt Västerhejde.

Rolf har alltid motionerat, oftast genom att springa och åka skidor, de senaste gångerna blev det Lucialoppet och Utmaningen. Han har också sprungit en hel del långlopp, framför allt på Väst-kusten, t ex Göteborgsvarvet. Orientering blev det endast när barnen var små, då de sökte olika fritidsaktiviteter för dem att välja på.

När de flyttade till Gotland var de ute vid Svaide- och VOK-stugorna och joggade och använde ofta omklädningsrum och duschar. Då kändes det solidariskt att vara medlemmar i båda föreningarna. Sedan de träffade **Björn och Gunnel** har det bara blivit Visborgs OK. Han kom genast med i VOK:s gemenskap genom att ställa upp för klubben vid olika arrangemang och nu tillhör Rolf de där "kända ansiktena", som alltid är med, när det behövs hjälp.

Han var funktionär på 3-dagars, Veteran-RM, Enduron och nu senast vid försöket med att få ut rören till Snökanonen. Och så har han varit stugvärd i VOK:s vallabod några gånger, förstås. Han har erfarenheter av konstgjord snö från tiden på Väst-kusten och ser fram emot att den nya snökanonen ska komma på plats och igång.

Första gången han var med, blev han väldigt fint mottagen av **Kaj**, som genast såg fördelarna med att ha en gammal lantmäterichef i den aktiva medlemskåren. Han trivs på Gotland och med sitt engagemang i Visborgs OK.

"Det är ett jättebra sätt att komma in i ett sammanhang och en gemenskap, när man kommer ny till Gotland", säger han.

### \* Snö \*

"Årets valla - Kallavalla"  
"Strö inte salt i spåret!"  
"Mycket snö i år - skottår"  
"Dagen för snöröjning - skottdagen"  
"Avskyr snöröjning - skotträdd"



## VOK - Årets Idrottsförening

av **Kaj Wirén**

På Idrottsgalan den 23 januari blev vår förening korad till Årets Idrottsförening på GOTLAND 2009. Det finns ett hundratal gotländska föreningar som kan komma ifråga.

Som VOK:s representant satt jag bland de nominerade och funderade på vad jag skulle säga under en minut, OM vi skulle få utmärkelsen. Vi fick den och dessutom 5000 kronor från Swedbank.

Mitt tack gick till VOK- medlemmarna som alltid ställer upp om de har tid över. Mitt speciella tack gick till alla våra duktiga ledare som övar upp våra ungdomar i orienteringsfärdigheter på sommaren och skidtekniker på vintern. Jag sade att jag kände mig stolt över att få leda en så framgångsrik idrottsförening.

Därefter har vi haft en sagolik vinter med nya framgångar, men vi kan nu inte luta oss tillbaka och vila på lagrarna, ty kom ihåg: stillastående är tillbakagång.

Utöver "VOK-stugans år", som året har döpts till, måste vi förbereda oss för nya orienteringstävlingar, där Götalandsmästerskapen år 2013 är den största.



# 2010 - VOK- stugans år

av Kaj Wirén

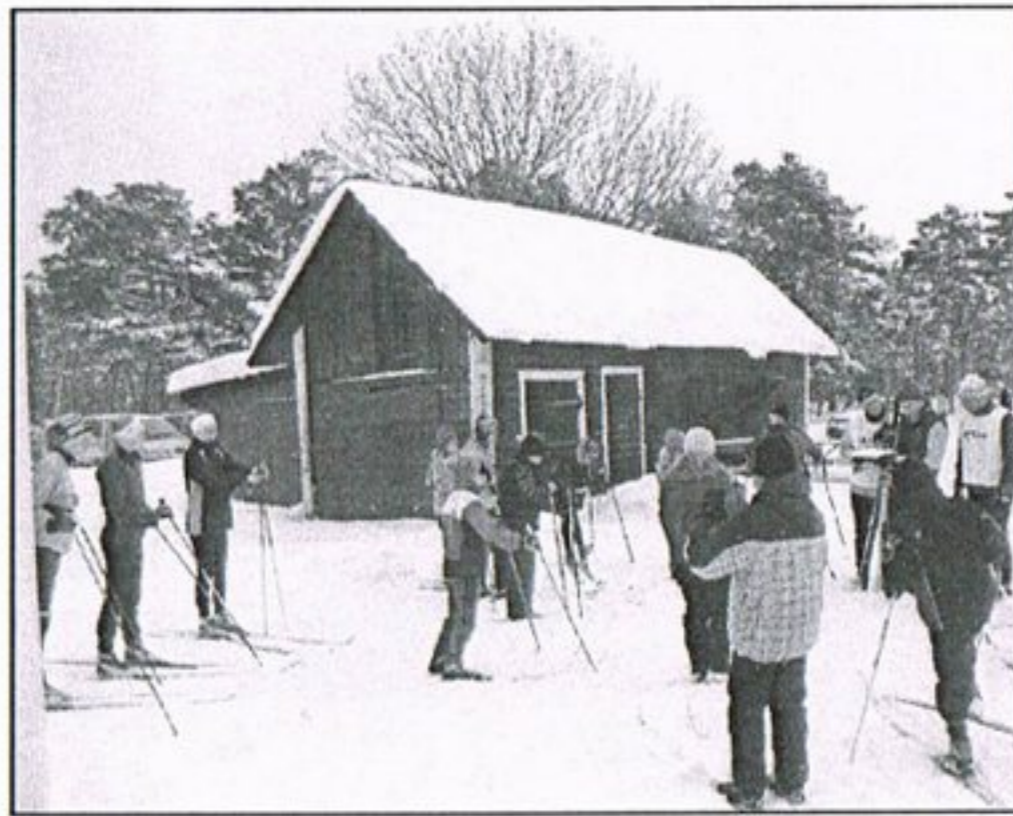
Det kostar att driva en förening. Både pengar och ideellt arbete. Att driva en bra friluftsanläggning, som den vi har i dag, kostar ännu mera av både tid och pengar. Vi har under många år anslagit 6000:-/år till löpande underhåll. Så kan vi inte fortsätta. Husbeståndet måste underhållas.

I samband med årsmötet den 6 februari dristade sig ordföranden att föreslå att år 2010 ska vara "VOK-stugans år". Detta eftersom vi i ett antal år har eftersatt underhåll och reparationer och skjutit nödvändiga nybyggnationer på framtiden. Vi har länge haft ont om förrådsutrymmen och varit allmänt trångbodda.

Även konstsnöprojektet kräver utrymmen, bland annat för snökanoner. Just år 2010/2011 är en lämplig tid att göra något åt det hela, med tanke på att året inte är fullmatat med stora arrangemang.

Anläggningskommittén har formellt uppgiften att leda och fördela arbetena. Om vi ska klara av allt, behöver många engageras. Vad är det då som ska göras? Utöver många akuta åtgärder som redan finns i anläggningskommitténs planer bör/ska under 2010/2011:

- en garage-/förrådsbyggnad uppföras
- en tillbyggnad av skiduthyrningen görs
- den befintliga dammen utökas och vallas in bättre
- snökanonprojektet vara redo att



Ladugården/Garaget, som snart ska göras någonting åt?  
Foto: Björn Fransson

producera snö i slutet av december. Vi ska bygga klokt utan att äventyra vår ekonomi. Bidragen till konstsnöprojektet hanteras av Gotlands kommun. Andra bidragsansökningar är utsända och vi väntar inom kort på svar.

Har någon av medlemmarna idéer om möjliga sponsorer, så tar styrelsen gärna emot dem. Kom gärna med färdiga sponsorkontrakt.

## Funderingar kring prio...

**Kaj** har skickat in följande till Svettbladet:

>> *Så tycker jag att vi ska fundera över vad vi skulle kunna söka för värde tävling som en ny stor utmaning.*

**Björn** funderade vidare så här:

>> *Jag tycker att den största utmaningen just nu är att få igång en funktionärsutbildning, både för gamla och nya VOK-are. Innan dess ska vi inte sikta in oss på att anordna några stora tävlingar.*

Det har nu gått snart 3/4 av ett år sedan jag utvärderade 3-dagars. Jag skrev till styrelsen och talade om vad jag fann! Vi behöver fler som tar på sig olika saker som att vara tävlingsledare, dataansvarig, speaker, TC-ansvarig, banläggare, kartritare, startansvarig, info-ansvarig m m m m.

### Utbildning för att våga...

För att VOK-are, både gamla och nya, ska våga ta på sig saker, behöver de känna sig säkra i sina roller. Det blir man genom utbildning. Nu har den mörka tiden av året, vintern, som är som gjord för in-ternutbildning inomhus, gått.

Vad jag vet har ingenting satts igång. Jag vet att VOK-stugans år och vårt eget tävlande och ungdomskursande kommer att ta massor av kraft och tid under den ljusa delen av året, så nu känns det kört med en sådan utbildning. Det är ju i stort sett samma människor som förväntas jobba med arrangemang som med VOK-stugan.

Så det är definitivt dags att ta itu med planerandet och motiverandet av alla som ska vara med nu, så att någonting kommer igång efter säsongen i höst

### Vad är en värde tävling?

**Kaj** funderar vidare:

>> *Värde tävling: Brukar normalt sökas flera år i förväg om man ska få en så'n. 2016??*

>> *Utbildning: Håller med dig. Du är inte ensam om att ha sett behovet! Måste genomföras i höst. Några gick GOF utb i januari/ om jag minns rätt men ingen verkar vilja ta på sig det. Tyvärr.*

**Björn** spinner vidare efter att ha läst Annas artikel om "Unga ledare":

>> *Anna! Nu har jag läst igenom din artikel och alltihop var mycket spännande. Här finns det kapacitet, både hos ledare och deltagare.*

*En reflektion: Jag känner att det ni håller på med är exakt det jag tycker att hela*

klubben ska engageras i - snarast! Jag tror nästan att ert koncept skulle kunna kopieras, om bara ni ledare orkade med oss andra också. Ska vi få folk att ställa upp på alla våra engagemang måste VOK-arna utbildas i både det ena och det andra.

### Unga ledare går i spetsen!

**Anna** svarar:

>> *Jag håller med! När jag tidigare gick på varje styrelsemöte så lyfte jag just att vi i mellanåldern inte kan arrangera tävling och vad gör vi om 10 år, när inte "gubbsen" orkar mer?!!*

Sakta men säkert har man nog jobbat med att ta fram en arrangörsutbildning - men det blev ju mest för redan insatta i januari (det som GOF hade). Jag tror att man kan genomföra ungefär samma koncept kommande vinter, som vi gjort med ungdomarna nu.

**Leif, Rolf och Anneli** är jätteduktiga och på onsdag kommer **Stefan**. I början av juni när vi ska ha kartrevidering och mer banläggning, så nappade både **Rolf** och **Anders N** på en gång. Så viljan att lära ut finns. Det gäller bara att någon håller ihop det - orkar planera och vara sammanhållande.

Det är jättekul med ungdomarna, för de är så på och så intresserade! Där finns en stor kapacitet - bara de får lite stöd av oss vuxna.

### Björns sammanfattning så här långt

\* Det känns som om vi är överens! När sätter vi igång?

\* Låt "SISU Utbildarna" hjälpa oss med planeringen och genomförandet, så får klubben dessutom betalt!

### \* Och framför allt:

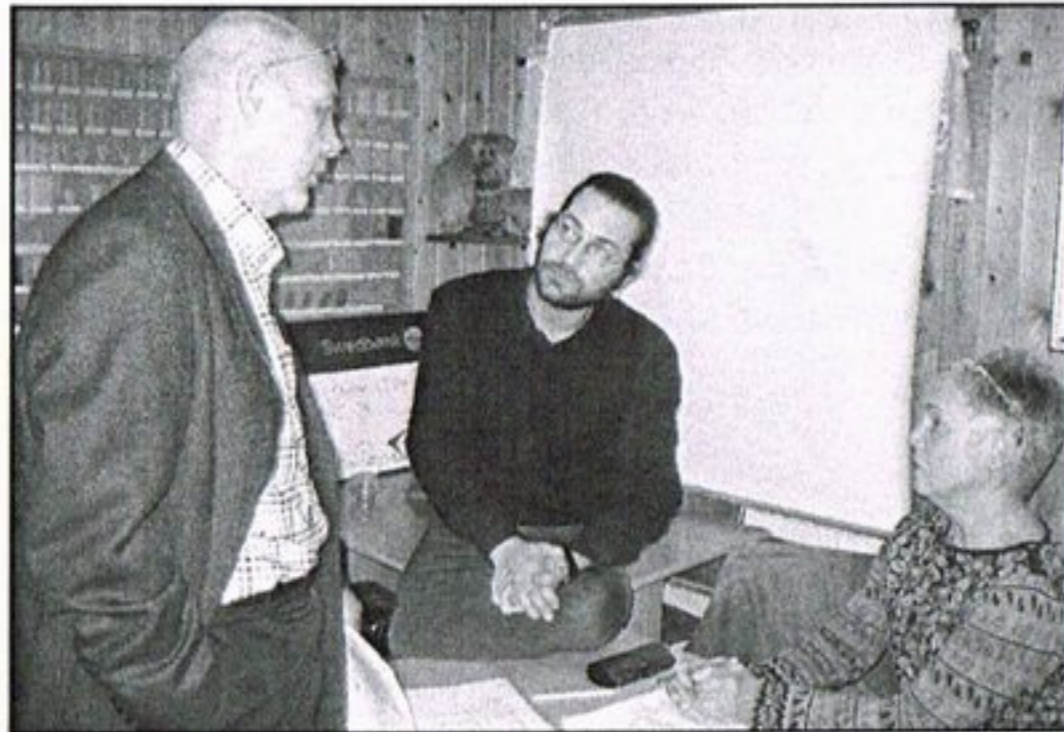
Fortsätt att diskutera och fundera kring denna för klubben så livsviktiga fråga! Vad vill du att klubben skall prioritera de närmaste åren?



# 2010 års tävlingar

av **Leif Andersson**

Förra årets urladdning med många stora och viktiga arrangemang gjorde att en del av oss blev väldigt trötta. Årets utbud på arbetshimlen ser lättare ut och med stor tillförsikt ger vi oss på att skapa utmärkta arrangemang med nöjda deltagare.



**Bosse Magnusson**, banläggare och revisor, **Patrik Rönnbäck**, valberedare och **Gunnel Fransson**, sekreterare på årsmötet. Foto: **Björn Fransson**

\*\*\* **Vårträffen** är vår första tävling för året och den är planerad till den 9 maj. **Bo Magnusson** är tävlingsledare med biträde av **Armin Scholler** och banläggare **Annelie Andersson**. Vi håller till på södra delen av kartan Bräntings. Bankontrollant är **Leif Andersson**.

\*\*\* Nästa tävling är **Wokgrytan** som genomförs den 22 augusti på MKG-bladet med **Stefan Hellström** som tävlingsledare. Det är en tävling med två etapper medeldistans på samma dag. Banläggare är **Tommie Olsson** och bankontrollant är **Nils Hallgren**.

\*\*\* På hösten har vi två DM-tävlingar, den första på fredagen den 17 september. Då arrangerar vi **Natt-DM** på Hellvikartan. **Ing-Marie Bergman** är tävlingsledare och **Rolf Malmros** är banläggare. På samma arena genomför vi söndagen den 19 september **DM i medeldistans**, där **Gurli Hörnell Rondahl** är tävlingsledare och **Leif Andersson** är banläggare. Bankontrollant för de båda DM-tävlingarna är **Annelie Andersson**.

\*\*\* Årets motionsorienteringar börjar den 25 mars med en **Nattcup** vid VOK-stugan. Det är i sedvanlig ordning **Rolf Malmros** som lägger banor och är tävlingsledare. Senare, närmare bestämt den 13 maj, arrangerar vi **Medel-KM** på Snäckkartan, där klubbarna (VOK t.ex.)

kan använda motionsorienteringen som KM. Banläggare är **Johan Öberg**.

\*\*\* **Brita Augustsson** använder Hejdebykartan för sina banor till **motionsorienteringen** den 3 juni. Den 22 augusti är **Ingrid Danielsson** banläggare för årets sista motionsorientering, som VOK ansvarar för vid Slättflis på MKG-bladet.

Väl mött i skogen! önskar tävlingskommittén genom Leif.

**Kan en idrottsklubb bli Årets förening två år i rad?**

## Äntligen blå gröda

Färgblinda har ofta svårt att läsa kartor. En docent i USA har utvecklat ett färgsystem för kartor som de flesta färgblinda kan tolka. I stället för att ha rött och grönt i kartan har docenten experimenterat med ljusare och mörkare färger, med färgtoner och färgrenhet.

Nyckeln har varit att ta fram färger som de flesta färgblinda kan se, som blått, ljusgrönt, grönaktigt vitt, grå magenta och mörkgrönt.

# Unga ledare 2010

av **Anna Samelius**, ungdomsledare

## Syfte

Att utifrån ungdomarnas önskemål från förra årets unga ledareprojekt genomföra:

- utbildningen "Hur man arrangerar en tävling",
- utbildning i orienteringsteknik,
- en egen tävling.

Då inte mentorsutbildningen blev av 2009, ska föreningen i samarbete med SISU Idrottsutbildarna genomföra en mentorsutbildning våren 2010.

## Mål

Att visa ungdomarna att det finns många roller inom orienteringen. Det behövs bra banläggare, kartritare, arrangörer av tävlingar, ledare för barn, ungdomar, vuxna och elit samt styrelsepersoner och andra roller.

## Deltagare

I projektet deltar våra ungdomar mellan 13 och 17 år (13 st.), samt tre ungdomar från Gotlands Bro OK och två från IF Hansa-Hoburg. **Anna Samelius** och **Lotta Dahl** håller samman projektet.

## Genomförande

Projektet har kommit en bit på väg och vi har hunnit genomföra tre kvällar med Full Koll materialet. Här har **Rolf Malmros** hållit i den äldre gruppen och **Anna S** tillsammans med **Lotta Dahl** har hjälpt den yngre gruppen. **Annelie Andersson** har sedan haft 3 timmar utbildning i Ocad, där ungdomarna var uppdelade i två grupper.

Just nu är vi inne på arrangemangsbiten, där **Leif Andersson** haft två kvällspass och **Stefan Hellström** kom-

mer att öppna dörren till sekreterariatet och avslöja vad som egentligen försiggår där inne.

Första helgen i juni kommer ungdomarna få prova på att revidera karta, få genomgång av banläggning samt testa en del nyehållen orienteringsteknik i praktiken. Denna helg har vi hjälp av **Anders Nilsson** och **Rolf Malmros** och vi kommer att vara i Gardestugan.

Ungdomarna kommer med stöd av vuxna att planera och genomföra en tävling, som de redan börjat spåna idéer kring och dela upp arbetsinsatserna som tävlingsledare, banläggare o.s.v.

För att ungdomarna ska få det stöd de behöver, men ändå få vara med och bestämma samt ha möjlighet att i fortsättningen vara med i de verksamhetsområden de önskar, kommer vi genomföra en mentorsutbildning tillsammans med SISU idrottsutbildarna den 21 april.

Här kommer tävlings-, tränings-, och ungdomskommittéerna att bjudas in samt motsvarade poster från Gotlands Bro OK och IF Hansa-Hoburg, så att vi tar hand om den kompetens ungdomarna har!

Som en uppmuntran kommer alla ungdomar som varit med i projektet att resa tillsammans till fastlandet och OK Orions sprintheleg den 12-13 juni.

## Utvärdering

Under senhösten 2010 kommer projektet att utvärderas tillsammans med ungdomarna.

Det är otroligt inspirerande att få arbeta med dessa idérika och engagerade ungdomar, som kommer vara nästa generations arrangemangsfunktionärer!

**BLI KLOKARE - STUDERA TILLSAMMANS MED VOK-ARE!**



# Skidsäsongen ur en skidtränares synvinkel

av Anita Carlsson

Årets skidsäsong började vid jul och tog slut direkt efter skidträningens avslutning i mitten av mars. Vilken otroligt härlig vinter vi har haft och vilka härliga skidungdomar vi har.

På våra skidträningar har vi haft sammanlagt 61 barn och ungdomar! Skidgänget består av ca 40 ungdomar som tränat två gånger i veckan. Våra yngsta, som gått i skidskola sex söndagar, har varit cirka 10 stycken varje gång.

Som vanligt började vår säsong i oktober med rullskidträning en gång i veckan och rullskidororienteringen, som ni kunde läsa om i förra numret. Ett Fårölager i november hade vi också.

Så kom då snön lagom till jul och direkt efter nyår åkte ett gäng VOK-are till Harsa i Hälsingland på träningsläger. Den resan kan du läsa om på ett annat ställe i tidningen.

Därefter började det nya årets träningar vid VOK-stugan. Skidträningen har bestått av teknikträning på tisdagarna och distanspass på söndagarna. Vi har delat upp ungdomarna i tre nivå-grupper, som haft mycket skidteknik, men också en hel del lek, diverse bollövningar på skidor och så vidare. Har du testat det?

Många balansövningar har vi haft och vi har åkt mycket utan stavar. De flesta gillar stafetter, så det har blivit många, och lite skidskytte på vårt eget sätt. På en av de sista träningskvällarna körde

= 14 =

vi en skiatlonstafett, som alla sett svenskarna på TV samma vecka ta OS-medalj i.

Vi har nött in de olika momenten, diagonaläkning, stakning med fränskjut och dubbelstakning. Att åka utför både snabbt och att åka baklänges utför har vi också tränat på. Alla fästvallar sina skidor själva, efter det att vi har haft genomgångar vid flera tillfällen.

Dessutom har vi arrangerat och deltagit i många tävlingar denna vinter. Tävlingsäsongen började med DM 15/5, vår egen tävling vid VOK-stugan. Då hade vi 60 deltagare, varav drygt 20 var ungdomar. Säsongen avslutades med Utmaningen mot Svaide-Roma, också vid VOK-stugan. VOK vann med 378 varv mot Svaides 53!

Däremellan har vi arrangerat VOK-spelen, Tjejmilen och Barnens Vasalopp. Vi var även med och arrangerade DM 30/10/ungdomstävlingen tillsammans med Etelhem IF på deras spår vid Sigvalde.

DM-sprint, DM-stafetten, Lickershamnsrännan, DM 50/20 samt ungdomstävlingar, som andra klubbar har arrangerat, har vi deltagit i. Det har varit roligt att under vintern få åka på spåren vid bland annat Gardestugan och Sigvalde, där det inte varit spårat på väldigt många år.

Sex av klubbens ungdomar, **Ellinor Vej-lens, Emil Vej-lens, Agnes Carlsson, Tove Rönnbäck, Mikaela Rönnbäck** och **Mikael Gardelin** åkte Kortvasan, som du också kan läsa mer om på en annan plats i tidningen.

Flera av våra ungdomar har blivit riktigt snabba under den här vintern, så tanterna och farbröderna i D 21 och H 21 får se upp - det är helt klart en ny generation skidåkare på gång! Ett stort tack till er som skött om spårren under denna långa vinter.

# Vintern vid VOK- stugan\*

av Kaj Wirén

Senast vi hade en bra skidvinter var säsongen 2005-2006. Då hade vi 98 skiddagar utan avbrott. Temperaturen höll sig under nollan och vi behövde inte preparera spåren särskilt ofta.

Den fina vinter vi haft började med ett ymnigt snöfall onsdagen den 16 december. Det var samma dag som rörläggning för konstsnöanläggningen påbörjades!

Dagen därpå var skidspåren dragna och skiduthyrningen kunde börja. Den 25-27 december blev det töväder, men mera snö och kyla gjorde att det från den 29 december till den 18 mars var skidåkning utan töhinder. Däremot medförde kraftiga snöfall och drivbildning att vi raskt investerade i en spårsladd för att klara spårläggningen.

Det blev totalt 101 skiddagar - nytt rekord! Att observera är att **Per Lindqvist** på förmiddagen den 22 mars skidade 3 mil, i fina spår både på 7,5 km-slingan och i elljusspåret. Innan dess fick även hunden ett pass.

Under vintern har uppskattningsvis 20 000 människor besökt VOK-stugan. De flesta av dem har kommit för att åka skidor, men många även för att promenera, rasta hundar eller bara för att komma ut och njuta av den fina vintern och träffa folk.

Vi har i dag cirka 190 par skidor, 210 par stavar och 145 par skor att hyra ut. Till nästa säsong bör skoantalet kompletteras med ytterligare 25 par.

= 15 =



Vi har hyrt ut fler par skidor med tillbehör än någonsin förr. Sören räknade till 340 fulla blankettblad! 72 klasser har besökt vår stuga och totalt har 1505 elever hyrt skidor av oss. Nästan alla har varit positiva och många har senare återkommit tillsammans med sina föräldrar.

Vi har haft hela anläggningen öppen i 11 helger och haft kvällsöppet klockan 1600 - 2000 i 10 veckor. 1267 ideella arbetstimmar har lagts ned på servicen i servering och skiduthyrning.

Det är inte läge att sammanfatta det ekonomiska utfallet förrän Lena Nyström lämnar vinterns slutrapport. Alla kan förstå att det har gått bra och att det var väldigt bra. Och detta just det år då vi står inför stora investeringar som garage, konstsnöanläggning och eventuell utbyggnad av skiduthyrning för att nämna några projekt!

Vintern har fört med sig en medlemsökning på 132 personer, från 368 till 500. Se mer därom på annat plats i Svettbladet.

Som avslutning funderar jag över hur många varv runt jorden våra åkare i skidspåren har tillryggalagt? Det kanske någon har lust att räkna ut?

\* Rubriken är en så kallad **allitteration** = ett bokstavsrim.



## För första gången på skidor!

av Björn Fransson

Han heter **Hassan** och kommer från Somalia i Afrika. Numera är han etablerad på Gotland, är gift och har hunnit med att skaffa två barn. Trots sina ganska många år på Gotland hade han aldrig åkt skidor förut, när han tillsammans med familjen kom till VOK-stugan för att hyra skidor.

Men han är förlåten – de flesta av dessa år har ön varit helt utan snö. Däremot kände han mycket väl igen VOK-stugan och dess stugvärd för dagen, övertecknad. Han var nämligen där på en friluftsdag (dock utan snö!) med Komvux under min tid som lärare där.



När jag träffar honom och familjen efter skidturen ser de fortfarande glada och lyckliga ut. Jag har en känsla av att det blev fler turer till VOK-stugan under den vinter som återstod.

## Hundbajs i spåret = tvärnit!

av Björn Fransson

Vid ett av vinterns många varv på "7½-an" undvek jag med nöd och näppe en hundbajspåse, som låg där och skröpade mitt i spåret. Jag hann knappt se vad det var, men beslöt mig för att plocka bort den vid nästa "passering".

När jag kom fram till korsningen med Svaides spår, hann jag bara skymta något mörkt framför mig, innan det blev en riktig "tvärnit" och jag stod på huvudet i den ishårda snön bredvid spåren. När jag samlat ihop mina tentakler och konstaterat att vare sig några ben eller skidattiraljer brutits, vände jag om och såg efter vad jag stupat på.

Mycket riktigt, så låg det ett par "saffiga" hundbajsar mitt i spåret. Mycket adrenalinstinn gick jag till verket med

att förpassa dem in i skogen, bortom alla kommande skidåkare.

Jag kom åter att tänka på den här händelsen, när jag fick tillfälle att åka "Utmaningen" i elljusspåret, den helt underbara kvällen den 16 mars. Under de sista 250 metrarna in mot mål kom två damer gående, i och för sig utanför spåren och uppe på den knallhårda snön, men de hade två små hundar knatande bredvid sig!

Hade jag inte haft så bråttom med att hinna ytterligare ett varv, hade jag stannat och undrat vad i h-e de tänker med! Nu hoppades jag att arrangörerna skulle säga dem några väl valda ord, när de kom till elljusspåret slut. Nu säger jag det själv: Det borde vara skottpengar på ägare till hundar och hästar i våra skidspår!

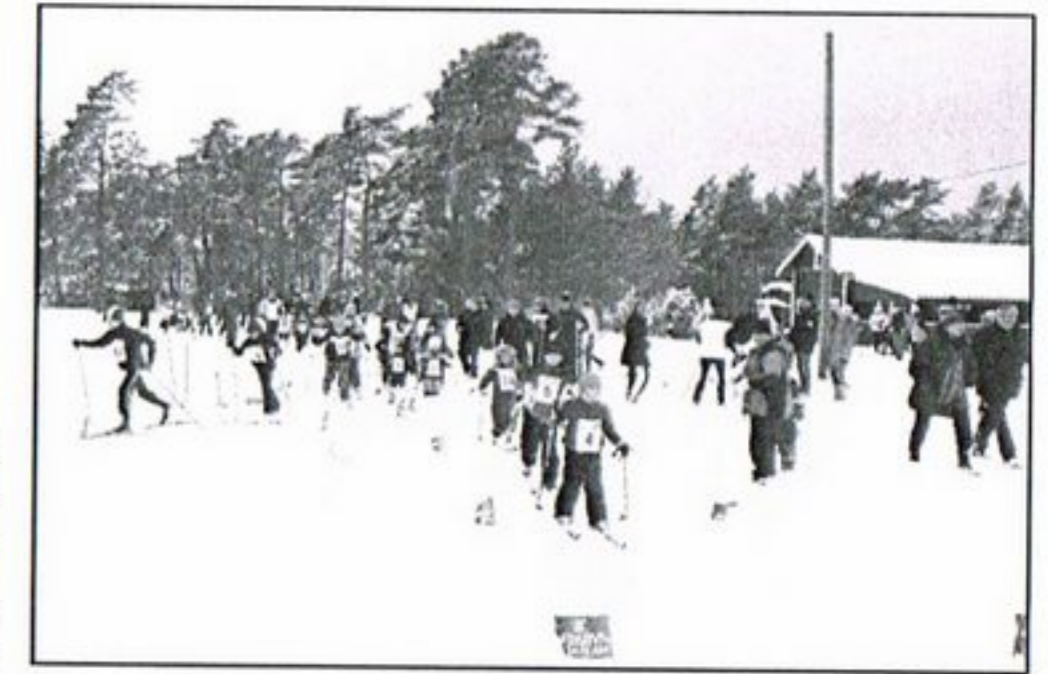
**\* Snö \***

"Ersättning för snöröjning – skottpengar"

## Barnens Vasalopp - en succé

av Emilie och Mattias

Söndagen den 21 februari gick Barnens Vasalopp av stapeln. Gemensam start, många hejande föräldrar, blåbärssoppa, medaljer och diplom - kan det bli bättre? Två banor fanns - 1250 m och 600 m. Längs spåret fanns också tre prinsessor som serverade blåbärssoppa till de minsta.



Gemensam start - precis som i Vasaloppet. Foto: **Mattias Wejlens**



Prinsessorna **Ebba, Ellinor och Agnes** serverade blåbärssoppa på Barnens Vasalopp. Foto: **Mattias Wejlens**

### Ett av de berömmade mailen:

"Undrar om ni tog några bilder under Barnens Vasalopp som hölls för två helger sedan? I så fall, är det något ni lägger ut på eran hemsida? Vill också säga att det var otroligt roligt under Barnens Vasalopp.

Att barnen fick medaljer, guld dessutom, mitt under pågående OS i Vancouver, var en riktig sporre för framtida **Anna Haag:are** och **Charlotte Kalla:s** vill jag lova!"

**Charlotte Magnusson, Wisab Bygg AB**

**38 VOK-are åkte Vasaloppen i Dalarna!** Se resultaten på sid 23

I loppet deltog 53 barn i alla åldrar. Yngst var **Dante** - knappt två år. Det var samtidigt avslutning på VOK:s skidskola för nybörjare.

Vi fick många uppskattande mail och kommentarer efteråt.

Stort tack till alla som hjälpte till.

I fädrens spår för framtida segrar!  
Foto: **Mattias V.**







## Kortvasan

av Agnes Carlsson

*När vi kom fram till Mora, gick vi och hämtade nummerlapparna. Vi gick också runt i Vasaloppsmässan och kollade.*

Sedan åkte vi vidare till lägergården i Gopshus. Först åkte vår bil fel in på en annan gård. Den gården hade en så låg portal med skylt att vi var tvungna att plocka ner den för att komma in och sedan visade det sig att vi var på fel ställe.

På kvällen åt vi, hade mysigt och valde skidor inför morgondagens lopp. Morgonen därpå var det uppstigning tidigt, trots att vi bodde så nära starten. Vi var tvungna att köra runt en jättelång bit för att komma in på parkeringen.

Först såg vi **Ellinor och Emil Vej lens** starta. Nästan alla VOK-are hade olika

= 18 =

starttider så vi startade i olika startled, allt från 10.15 till 12.00. Självt startade jag 10.45.

Spåren var bra, alla VOK-are var nöjda med vällan, så ingen behövde välla om. Vid de olika stationerna var det trångt i spåren. Men det var gott med varm blåbärssoppa i magen. Vid stationerna fanns det även sportdryck, vatten och bullar. Det var ett roligt lopp, som jag vet att många vill göra om igen. Självt tänker jag åka Kortvasan igen, i väntan på det stora Vasaloppet som jag väldigt gärna vill åka. Men tyvärr så måste man vara 18 år för att åka det.

Efter att vi hade kommit i mål fick man ta bussen till duschen. Väskorna stod utplacerade i rader med nummer på, så att vi lättare skulle kunna hitta dem.

Vi ungdomar som åkte Kortvasan var; **Ellinor och Emil Vej lens, Tove och Mikaela Rönnbäck, Mikael Gardelin** och så jag själv samt föräldrar till ungdomarna plus några till.

Efter att alla gått i mål och hade duschat, så var vi en lång stund i mässan. Vi åkte tillbaka till den fina lägergården i Gopshus, där vi hade det väldigt mysigt och roligt.

Morgonen därpå fick vi lite sovmorgon, men sedan gick vi upp till Vasalopps-spåret, som passerade nära där vi bodde och hejade på Aina, som åkte Tjevvasan.

På vägen tillbaka till Gopshusgården hoppade vi runt i den jättedjupa snön och hade det mysigt tillsammans. Det var en brant backe som vi gjorde kullerbyttor nerför. När vi var tillbaka packade vi och några åkte vidare norrut på sportlovsresa. Det skulle vi också göra dagen därpå, efter det att Anita åkt Öppet spår, med oss som hejarklack.

Bilden: Agnes Carlsson har kommit i mål!  
Foto: **Anita Carlsson**

= 19 =

## Kändis-spotting vid VOK-stugan

av Björn Fransson

*Oj, vad det vimlar av folk i skidspåren vid och runt VOK-stugan! Se här vad jag hann kolla in under en av mina helger som stugvärd:*

- Kommunrådet **Lars Thomsson** hinner man bara få en skymt av, när han gör ytterligare en träningsrunda i milspåret i sin ambition att komma under X timmar i Vasaloppet.
- I vimlet har skymtats kommunrådet **Eva Nypelius**, som får sig annan motion än de motioner hon dagligdags har att brottas med.
- Radio Gotlands kanalchef, **Helena Bremberg**, gillar att åka skidor och tycktes längta efter tiden, när hennes arbetsplats hade flera lag med i 12- och 24-timmarsloppen. Kommer den tiden någonsin tillbaka?
- Förre ordföranden i kommunfullmäktige och nuvarande i Korpen, **Claes-Göran Nilsson**, är fortfarande medlem i Visborgs OK och syns sitta ordförande även vid det bord i VOK-stugan, som delar av barn- och barnbarnaskaran ockuperar för en paus i skidåkandet.
- **"Astäuen"**, även kallad **Roland Ohlsson**, känd GA-signatur och numera ännu kändare Revymakare på Rondo och i Vamlingbo, åkte flera varv. Han tycktes vara i en egen liten värld, inneslutet som hans huvud var i hörlurar och en stor "myssä" av okänt slag.
- Vår Länspolismästare **Carin Götblad** satt i VOK-stugan och pausade tillsammans med ett barnbarn. Hon hade ingen livvakt med sig, vad vi kunde se...

Bilden: Mats Renborn på upphällningen.  
Foto: **Björn Fransson**



- En av alla nya VOK-are, som i vintras ställde upp som värd i VOK-kafeterian, var **Mats Renborn**, som dagligdags serverar Kommunrevisorerna på **Öhrlings PriceWaterHouseCoopers Revisionsbyrå**. Han skriver så här efter sin dag:  
*"Det var bara kul att hjälpa till och jag hoppas att jag skötte mig. Jag försökte ta för mycket betalt någon gång, men kunden upptäckte det. Jag ser mycket koncentrerad ut på fotot. Det var så att termoserna med hetvatten läckte lite när jag skulle servera - därav min koncentration. Jag är i Stockholm och arbetar några dagar och då är VOK-stugan rena oasen för mig. Man längtar ut i spåren!"*
- Kul-och-Fri har också varit ute och luftat på sig i skidspåren. Nuvarande, men snart avgående, förvaltningschefen **Lars Danielson** gillar att åka skidor, men honom mötte jag, när jag åkte i de VOK-spår som korsar Svaides



spår. Han borde kanske ha tagit sig en ordentligare titt på såväl natur som planer, eftersom han vid ett möte sa att den snökanon, som VOK och Svaide tillsammans projekterade för, skulle serva ett elljusspår mellan de båda stugorna med snö!

- Även tidigare fritidschefen **Gunnar Tinge** ses ofta med barn och barnbarn vid VOK-stugan. Han gillar ordningen och de fina spårren där så mycket att han gått och blivit medlem i VOK på gamla da'r.
- Verksamhetsledaren för Östersjöns Författar- och Översättarcentrum, **Lena Pasternak**, tycktes ha skidaffärer ihop med VOK-kafeterians föreståndare för dagen, **Per-Anders Sandström**. Lena sägs vara på långt håll släkt med nobelpristagaren **Boris Pasternak**. Per-Anders är numera före detta talskrivare för likaledes före detta landshövdingen **Marianne Samuelsson**.
- Den nuvarande informatören på Länsstyrelsen, **Lars Bäckman**, för den nuvarande landshövdingen, **Cecilia Schelin Seidegård**, syns också ofta passera VOK-stugan, men han tycks ställa sitt fordon vid Svaidestugan...
- Biträdande stadsarkitekten på Gotlands kommuns SAK, **Lars Grönberg**, är en ihärdig gäst i VOK-spårren. Trots många träningsmil lyckades han inte, den här gången, komma under 9-timmars-gränsen i Vasaloppets Öppet Spår, utan kom i mål på tiden 09:07:48. Vackert så av en, som snart kan titulera sig som: **"F d bitr. Stadsarkitekt"**.
- Den tidigare Hemkonsulenten **Kjell Wikström** har ofta syns i trakterna av VOK-stugan, ofta medförande fru och barnbarn (eller om det är de som medför honom?). Som jämtlänning har han

ett förflutet som både skidåkare och god terränglöpare. Så här skrev han en gång till mig: *"Jag har letat efter mina första spikskor - men nix. De var med mig när jag första gången sprang Dagbladsstafetten. Blev i sista stund flyttad till en längre sträcka ute vid Fiskartorpet där mina nyinköpta gymnastikskor passade bättre. Vi (Castor Ö-sund) vann vår klass."* Varför har ingen VOK-are upptäckt hans springtalanger förut?

## Väl rustad f d militär...



... fast han är rustad för skidorientering, förstås! **Andreas Nikolausson** vann alla vinterns skidorienteringar, men tyckte inte det var mycket att skriva om. Så det fick bli en bild i stället. Kändis? Ja, i Visborgs OK i alla fall!

Foto: **Björn Fransson**

### \* Snö \*

"Mjukgörare för snöröjning - skottsalva"

## Kör så det ryker!

av **Peder Welin**

Klockan tickar framåt snabbare än bilkönen rullar framåt. Vi har precis passerat Vasaloppsvägen och regeln "störst går först" har aldrig varit tydligare än när loppets startbussar trycker sig fram före bilarna.



Foto: **Eva Welin**

Bilden ovan: **Peder** till vänster - kör så det ryker!

Vi hade tänkt vara framme strax innan sju på morgonen för att hinna göra det man gör (?) före nio mils skidåkning. Trafiken skulle vara tät, men så här tät hade varken vi eller arrangörerna trott!

### Ångest 1 - framme i tid!

Vi inser klockan kvart över sju att om det ska bli någon urladdning i spåret idag så är det läge att jogga iväg de drygt två km med laggen till starten. Uppvärmd och klar i god tid, en tjugo minuter innan de magiska orden som kännetecknar att starten gått, känns det ändå förvånansvärt bra längst bak i fjärde startled. Ångest 1 avklarad!

Jag står i sportmässans tält eftermiddagen dagen före Vasaloppet 2010 och lyssnar för att försöka bilda mig en uppfattning om vilken sorts valla som är den rätta. Vissa talar om runt eller strax under nollan under dagen efter en kall startmorgon. Andra hävdar bestämt att spårren oavsett kommer vara kalla och kärva. Högflour, lågflour, pulver, swix eller startvalla? Swix VR30 eller mjukare varianter eller varför inte klassikern blå extra?

### Ångest 2 - vallningen!

Valen är många och har du pengar har försäljarna kanske lyckan i en liten burk - eller inte? Till skillnad från mina två tidigare lopp tycks det ändå som om söndagen ska bjuda på hårda och kalla spår där någon variant av blått är det som är gött. Ångest 2 avklarad!

"...och där har starten gått!" Tystnad. Helikoptrar som hovrar. Några tusen stavar sätts i rörelse (swisch... swisch). Skidor som glider genom kalla spår.

### Ångest 3 - ramla inte!

Nervöst - ska stavarna hålla genom backen, skidorna, jag? Framåt ungefär 4 000 personer med nu 9 mil minus några hundra meter att åka, bakåt ungefär 11 000 som jagar oss. Alla rör sig nästan i takt, magiskt. Någon ramlar i första lilla nedförsbacken och skidorna flyger av 20 meter framför mig, jag kastar mig in i spåret bredvid och har bara tur att ingen står där. Ångest 3 avklarad!

### Ångest 4 - inte spränga sig!

Jonny Bergman beskrev för mig inför mitt första lopp ljudet när man kommer upp på myrarna innan Smågan och känslan av att få sträcka ut i åkningen. Idag stämmer det verkligen med en tio



= 22 =  
minus, nästan vindstilla och snötyngda träd. Alla jobbar på i stakningen, kollar hur glidet står sig mot andra.

Jag når Smågan efter 52 minuter, otrolig skillnad mot att starta längre bak. Gott med dricka efter uppförbackarna, nu kör vi mot Mångsbodarna så det ryker (?). Sicksackar i spåren för att passera konkurrenterna, det går masigt ibland vilket kanske är min räddning. Spränga sig med fem mil kvar får inte ske. Ängest 4 avklarad!

#### I mål under sex timmar!

Skidglädje är att åka i ett av de 7-8 spåren som leder mot målet, se ut över Älvdalen och känna att kroppen svarar trots över fem mil i armar, ben och huvud. Blir påhejad av redaktörens bror, någon som vet att jag åker för VOK, samt mor (Eva), fru (Jessika) och vår Wilmer, 3 månader, i Oxberg.

Tänker som målbild att ju fortare jag kör, desto fortare kan jag mysa med "bebben" i sin röda dunoverall. Idag räcker målbilden långt och jag kommer i mål på under sex timmar, får medalj, och håller på att gå in i en vägg de sista två km genom Moraparken (publiken hade nog sett bättre spurtar!).



Glädje och tomhet infinner sig, men vilken fin skiddag det blev och nu vill jag ha mat! (När är nästa skidträning?:-)

#### Redaktörens kommentar:

Som framgår av resultattabellen på nästa sida, så kom Peder Welin på plats 1860 med tiden 05:47:45. Med den placeringen var han bäste VOK-are i Vasaloppet. Erik Pettersson körde Öppet Spår på 05:39:42, det vill säga på en 8 minuter bättre tid, men Erik hade det nog lättare, utan köer, vid starten.



## VAR KLOK -SPONSRA VOK

**Visborgs Orienteringsklubb har byggt en  
2,5 km lång elljusslinga- 98 stolpar.**

Vi saknar idag sponsorer på 35 stolpar. Reklamen sitter kvar i minst 5 år.  
**2000:-/stolpe för företag, 1000:-/stolpe för enskilda personer.**

Ring: Anders Ardin 070-821 64 00



*Vi önskar även flisved som förstärkning  
av spåren. Ring: VOK 070-242 84 33*

**Vill du veta mera gå in på VOK:s  
hemsida [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)**

= 23 =

## VOK-are i Vasaloppsspåren (enligt den officiella resultatlistan)

<u>Vasaloppet</u>	<u>Plats</u>	<u>Tid</u>
Peder Welin	1860	05:47:45
Örjan Dahlberg	5263	07:16:47
Mattias Vejzens	6584	07:47:14
Toni Lundin	7364	08:04:24
Lars-Olof Larsson	7839	08:15:54
Bosse Bergman	10205	09:15:46
Erik Lindberg	10699	09:31:51
Lars Jakobsson	12167	10:34:50
Andy Pinneshofer	12237	10:38:34
Anders Dahlgren	12320	10:42:39
Daniel Ahlström	12711	11:07:35
Jonas Norragård	12740	11:09:29
Camilla Esberg	1431	11:05:06
Ulf Sandelin	10357	05:00:17

#### Öppet spår

	<u>Tid</u>
Erik Pettersson	05:39:42
Jacob Werner	06:24:04
Jennie Pettersson	07:27:30
Sven Pettersson	08:01:27
Jerry Ahlstedt	08:04:50
Kjell Genitz	08:08:18
John Eliasson	08:25:05
Carolina Akergarn	08:53:44
Lars Grönberg	09:07:48
Anita Carlsson	09:52:50

#### Tjejvasan

	<u>Plats</u>	<u>Tid</u>
Karin Bengtsson	421	02:42:59
Aina Österdahl	668	02:49:03
Lena Nyström	1534	03:01:56
Jette Knudsen	4339	03:37:00

#### Kortvasan

	<u>Tid</u>
Emil Vejzens	02:19:42
Mikael Gardelin	02:52:01
Ellinor Vejzens	02:56:13
Agnes Carlsson	03:11:48
Tove Rönnbäck	03:16:20
Anna Samelius	03:16:21
Maria Axelsson	03:29:14
Mikaela Rönnbäck	03:58:39
Gustaf Samelius	03:58:42

#### Halvvasan

	<u>Tid</u>
Bosse Bergman	04:02:51



Bilden ovan: Mikael efter målgång.  
Foto: **Mattias Vejzens**

Bilden nedan: Anna och dottern  
Tove i en våldsamt spurtduell. Tove  
slog mamma med 1 sekund.  
Foto: **Mattias Vejzens**





## Ny i VOK-stugan

av Björn Fransson

Ett nytt ansikte har dykt upp i vaktmästare **Sörens Thulins** närhet vid VOK-stugan. Det är 41-årige **Conny Ahlby**, som numera är ständig medhjälpare till Sören i alla hans göromål.

Conny är inne i Fas 3 i den så kallade Jobb- och Utvecklingsgarantin, som Arbetsförmedlingen håller i. Det är ett samarbetsprojekt mellan den och Gotlands Idrottsförbund, GI. Det innebär att Conny är anställd i två år framåt, att hans lön betalas av Försäkringskassan och att Vis-borgs OK dessutom får 1500 kr/månad för att vi håller honom med arbete och utvecklar honom!

Conny har tidigare i sitt liv haft ganska många anställningar och har stor erfarenhet av vaktmästararbete, något som kommer väl till pass. Han trivs redan bra vid VOK-stugan och tycker att det är roligt och intressant att arbeta tillsammans med Sören. När jag frågar ut Conny, så ser jag Sören nicka leende och instämmande: "Det här blir bra!"

Conny gillar att arbeta självständigt och han sökte sig på egen hand till VOK-stugan. Han var ute en söndag med sina barn och mötte då sin gamle Solbergalärare, **Kenneth Andersson**. Därifrån var steget inte långt till att ta kontakt med Kaj om en eventuell anställning – och på den vägen är det!

Välkommen till oss i Visborgs OK, Conny! Du har redan visat att du ställer upp för klubben genom helgarbete!



**Conny Ahlby** lärde sig snabbt att göra spår med snöskoterns hjälp.

Foto: **Gunnel Fransson**

### Gå av vid "VOK-stugan" – hamna vid Svaide!

Om du skulle få för dig att åka med kollektivtrafiken till Svaidestugan, så vill du förmodligen stiga av vid närmaste hållplatsen. Glöm då inte att gå av, när skylten med "VOK-stugan" kommer upp på displayen. Sedan får du ta 10 km-spåret och lyckas du, hamnar du så småningom vid VOK-stugan.

\*

### Se, det snöar

En parentes är flingans liv. Snart ska den ömkligt dö och slukas av det kollektiv vi människor kallar snö. Där vilar den i namnlöshet tills våren gör entré och skiftar snöns identitet. Vad vi kan lära oss av det är inte lätt att se. (Holmberg i DN)

## Från Länsstyrelsen till VOK-stugan

av Björn Fransson

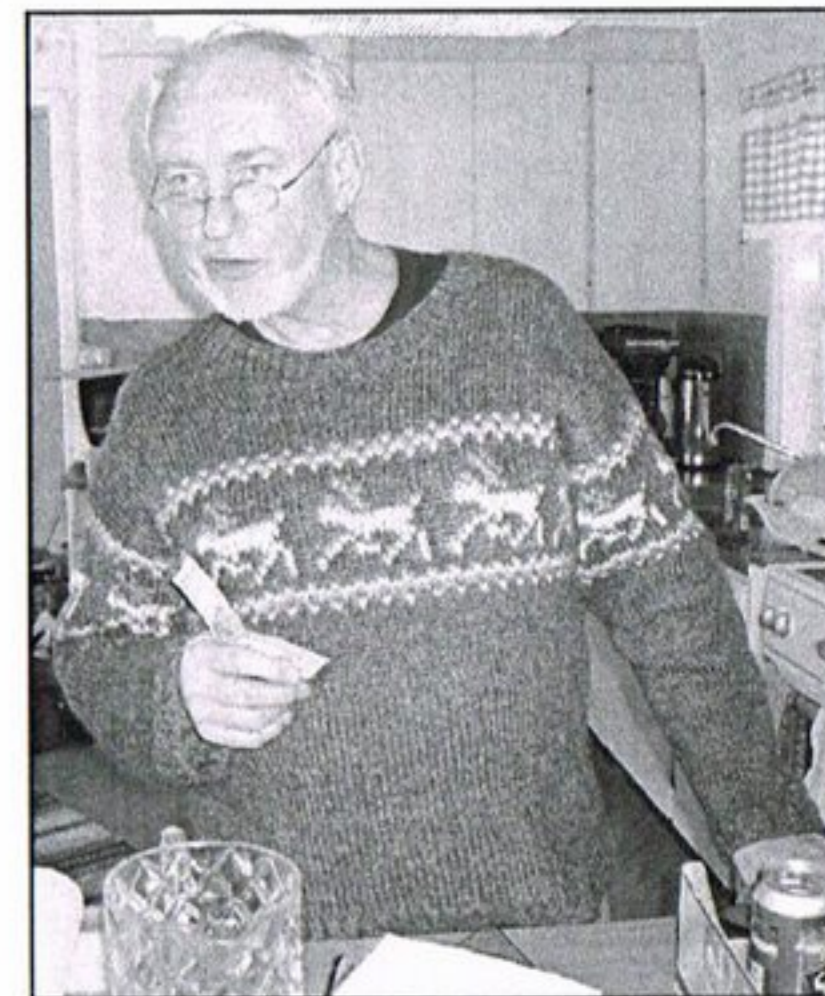
Pensionären från arbetet på Länsstyrelsen, **Per-Anders Sandström**, fick i början av mars äntligen arbeta som stugvärd i kafeterian! De senaste 5 åren har han varit uppsatt på listan, men på grund av snöbrist och annat har han aldrig behövt tjänstgöra och varit litet besviken över det.

En strålande vacker solskensdag i sportlovsveckan var det så äntligen dags och han fanns på plats, krängandes korv, kaffe, läsk och godis som om han aldrig har gjort något annat i sitt liv. Det syntes att han tycker att det är roligt med folk omkring sig och hans kontaktnät är mycket stort.

P-A har varit med i VOK de senaste 10 åren, men har regelbundet besökt VOK-stugan de senaste 25 åren, mestadels för att åka skidor eller ta en tur i motionsspåren.

Han är född i södra Lappland, men följde dalgången ned till Skellefteå, när han skulle plugga på Högre Allmänna Läroverket. Där tog han studenten, faktiskt samtidigt, som en annan flitig skidåkare och medhjälpare i VOK, **Nisses** granne, **Ronald Hedblad**.

Så småningom utbildade han sig till SYO-konsulent och efter en tid i Stockholm, tog han och dåvarande frun beslutet om att flytta till en barnvänligare miljö. Eftersom han aldrig varit på Gotland, så lockade en tjänst på Solbergaskolan mest. Efter ett antal turer, blev slutstationen i hans yrkeskarriär Länsstyrelsen, där han bland annat var talsskrivare åt dåvarande landshövdingen **Marianne Samuelsson**.



Snabbköpskassören **P-A Sandström**: "Får det vare någe merä?" Foto: **Björn Fransson**

P-A är en flitig skidåkare och träningen bar honom ända till Sälen för en start i Öppet spår 2005. I år har han, på grund av en del förkylningsbesvär, inte åkt mer än runt 20 mil, men det blev 1,5 mil till, när övertecknad avlöste honom en stund i kafeterian. Han håller gärna koll på sina kompisar i Vasaloppsspåren och följde **Evert Janssons** lopp via mobilen.

Idag hade han tänkt göra en riktigt kul sak, nämligen åka "parallell-Vasalopp" med sin bror. Brodern skulle åka "Halvvasan" och då hade P-A tänkt göra samma skidtur samtidigt som han följde broderns lopp via mobilen. "Barnsligt, kanske", säger P-A med ett flin, "men rätt kul att jämföra våra prestationer!".

Brodern blev dock sjuk och fick ställa in sitt lopp. Därför fick en okänd kvinna hans startnummer och eftersom P-A prenumererat på uppdateringen via mobilen, följde han hennes lopp i stället. Fast han sympatiserade med brodern och brydde sig inte om att åka själv...



# Senast nytt om snökanonprojektet

av **Mattias Vejens**

*Jaha, jag trodde i höstas att jag inte skulle behöva informera mera om anläggande av snökanoner, rör och pumpar, men jag trodde fel.*

Planen var ju att bygga ut rördelar under början av vintern för att anläggningen skulle kunna tas i bruk under januari-februari, men så blev icke fallet. Det blev förseningar på grund av bland annat snön!!! Vi hann lägga ca 150 m rör - sedan blev det stopp.

...och det bara fortsatte med mera snö och mer snö och minusgrader. Vilken vinter vi haft - med fantastisk skidåkning i månader! Några kommentarer jag fått har varit: "Du hade väl inte behövt köra kanonen så mycket..."

Projektet gick in i en vilofas vid jul och vi börjar så smått komma ur vinterdvalan i skrivande stund (nu i mars). Något anläggningsarbete har inte skett under vintern, men projektgruppen, med Niklas Callenmark från kommunen i spetsen, har jobbat en hel del med beställningar av elinvesteringen och ekonomin. Elinvesteringen blir mycket dyrare än vad vi från början hade planerat, varför ytterligare bidrag har sökts och delvis fått (!).

## Omsätter cirka 3 miljoner kronor!

Hela projektet omsätter nu ca 3 mkr plus den tid vi lägger ner. I skrivande stund har vi förstärkt budgeten med 173 000 kr ytterligare från Idrottslyftet och 40 000 kr från klubbarna. Ytterligare ansökningar är inlämnade eller är på gång, så vi räknar med att få full kostnadstäckning. Vi kan också minska



ner något på utgifterna vad gäller spårutrustning mm.

Snökanoner och pumpar kom till ön i februari och står nu inlåsta i ett förråd. Under april kommer Skanska och GEAB att påbörja den stora elinvesteringen. Ny kabel kommer att dras från elstationen vid startområdet för de södra spåren, tvärsöver gräsmattan framför VOK-stugan och 300-400 ut i elljusspåret. Där anläggs en ny transformatorstation från vilken elledningar med uttag längs elljusspåret utgår.

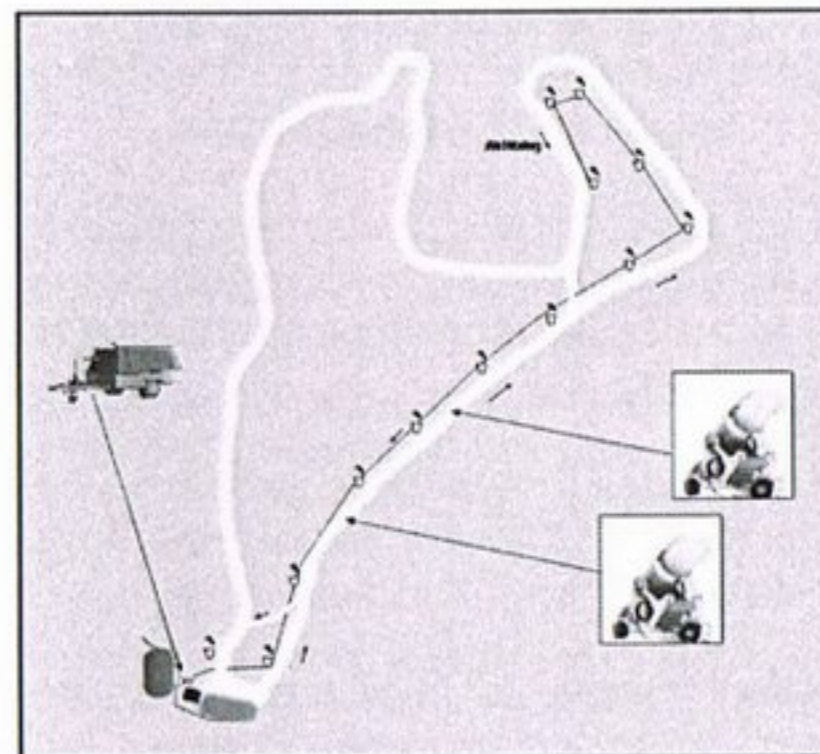
I april räknar vi också med att anläggandet av rör återupptas. Då blir det återigen dags för klubbmedlemmarna att hjälpa till att lägga, montera och fixera tryckrör längs spåret.

Under sommaren eller senast i början av hösten ska så dammen utvidgas ytterligare, så vi får plats med mer vatten. I början av hösten räknar vi med att anläggningen står färdig. Då väntar intrimning, slutjusteringar och utbildning för de som vill vara med och göra snö nästa vinter.

## Fakta om projektet

Projektet "Snö åt gotlänningarna" är ett samarbetsprojekt mellan Visborgs OK, Svaide-Roma SOK och Gotlands kommun och huvuddelen av projektet finansieras av Leader Gotland. Andra finansierare förutom klubbarna själva är Idrottslyftet, Gotlands kommun och Gotlands skidförbund.

Gotlands kommun är projektägare och står för upphandling och projektledning under själva anläggandefasen. Klubbarna står sedan för driften.



Som jag tidigare informerat om blir det konstsnö de första 1250 m på elljusspåret. Man leds sedan tillbaka mot starten. Tanken är att genom att göra en genväg över mot målakan ska man få ett bra åkflöde utan att det blir för trångt. En möjlighet är också att bredda spåret från 150-500 m ut mot vägen för att helt slippa mötande trafik.

Vi har under vintern fått många nya medlemmar. Är du intresserad att hjälpa till att anlägga eller vara med i driften till nästa vinter - hör av dig till [mattias.vejens@telia.com](mailto:mattias.vejens@telia.com) Håll också utkik på hemsidan efter senaste informationen.

Bilderna är tagna av **Mattias Vejens**. OBS Spårkartan ovan!

Anläggningen kommer att bestå av fast rörsystem och elsystem vid VOK- och Svaidestugans olika elljusspår. Vid Svaidestugan kommer hela elljusspåret (1250 m) att snöläggas. Vid VOK-stugan blir det de första 1250 m på elljusspåret. Från backen som svänger (där många brukar köra omkull) leds spåret tillbaka till starten. Det blir således "mötande trafik" ca 300-400 m av konstsnöspåret. Slingan blir ca 2 km.

Snöläggningen sker genom att koppla in en mobil högtryckspump vid dammen, pumpen trycker vattnet ut i rörsystemet där det var 100 m finns ett uttag för vatten. Mobila fläktsnökanoner kopplas in och gör snön ute i spåren. Kanoner och pump flyttas mellan stugorna. Snöläggning kan starta när temperaturen är under -2 grader.





# Rapport från WOK-cupens årsmöte 2010

av Nisse Hallgren

WOK-cupen hade årsmöte den 21 februari i VOK-stugan. Traditionsenligt föregicks mötet med en fysisk aktivitet samt bastubad. Aktiviteten detta år utgjordes av ett något förenklat skidskytte, arrangerat av **Suisse**.

Han bedömde att riskerna var alltför stora att sätta vapen i händerna på de virriga gubbarna, så det blev kast med liten boll istället. Endast 5 gubbar ansåg sig kapabla att delta i den hårda tävlingen. Segrade gjorde **Mattias Vejens** som dock blev så trött att han inte orkade delta i årsmötet.

I årsmötet deltog 10 gubbar. Mötet hedrades genom **ÖB Matthings** närvaro. WOK-cupens verksamhet består huvudsakligen av 4 aktiviteter; tävling om pokalen, tävling om Comfortcupen, vandrings samt gåsfest för alla gubbar. På årsmötet bestäms var, när och vem som ansvarar aktiviteterna.

Reglerna för poängberäkning i tävlingen om pokalen är uppe till diskussion på varje årsmöte. Vi strävar efter att så många gubbar som möjligt skall kunna erövra pokalen. Trots alla regeländringar är det nästan alltid samma gubbar i ledningen när året är slut.

WOK-cupsåret inleds med natträningarna Comfortcupen eller Duschslangen som den också benämns. Kvalificering sker vid 3 tillfällen och de 2 bästa resultaten räknas. Den som vinner får en gyllene duschslang, som är smakfullt arrangerad.

Ett andra pris har också funnits, som bestod av en vacker sugpropp med skaft

= 28 =

av glas. Priset är dock på villovägar, möjligen har **Sören** tagit den att använda när det är stopp i damtoaletten.

Den populära Vårvandringen planeras i år till trakterna runt Grötlingboud och skall gå av stapeln på nationaldagen den 6 juni.

Gåsmiddag för alla VOK-gubbar planeras till den 12 november, förhoppningsvis på GEAB, i likhet med tidigare år.

Rekryteringen till VOK-cupen har inte varit så bra på senare år. Orsaken kan vara att det saknats kvalificerade kandidater. Under årsmötet framkom dock ett antal namn på medlemmar som eventuellt kan anses uppfylla kraven för WOK-cupsmedlemskap och de skall därför stå under observation.

## Ta betalt för skidspår

"I Örnsköldsvik betalar vi en blygsam avgift för att nyttja spåren i vårt fina skidstation. Men vi betalar inte för att vistas i området.

Nej, där kan vi fritt röra oss sommar som vinter i ljus eller mörker utan att det kostar ett öre, helt i linje med allemansrätten. Däremot uppskattar vi som gillar skidåkning att vintertid alltid ha tillgång till välpreparerade och upplysta spår. Och vi är många: I fjol överträffade antalet sålda säsongskort alla kalhyler.

Bra känns det också att en del av avgiften går till den skidklubb som på ideell basis lägger ned ett otroligt arbete på att hålla spåren i toppskick."

(Insändare i DN vintern 2010)

### \* Snö \*

Tillförlitlig snöröjning – skottsäker  
Minimal snöröjning – skottglugg  
Ryggont efter snöröjning – skottskadad

= 29 =

## Skidhistorik

av och med Sven Larsson

Jag har flera gånger blivit ombedd att skriva något om gotländsk skidsport. Mina efterforskningar har jag huvudsakligen gjort i Gotlands Idrottsförbunds årsberättelser, där det står att skidsporten på Gotland har gamla anor. Men jag kan ej återfinna annat än DM-resultaten vissa år.

Mina första noteringar finner jag i tidningsklipp från 14/1 1917 om "Vintersporten i Visby" som tack vare snön och den inträffade kölden tagit god fart. "I stadens omgivning så väl i Grafarna som i Palissaderna kan man få se skidgångare af båda könen flitigt öfva den vackra och härdande skidsporten".

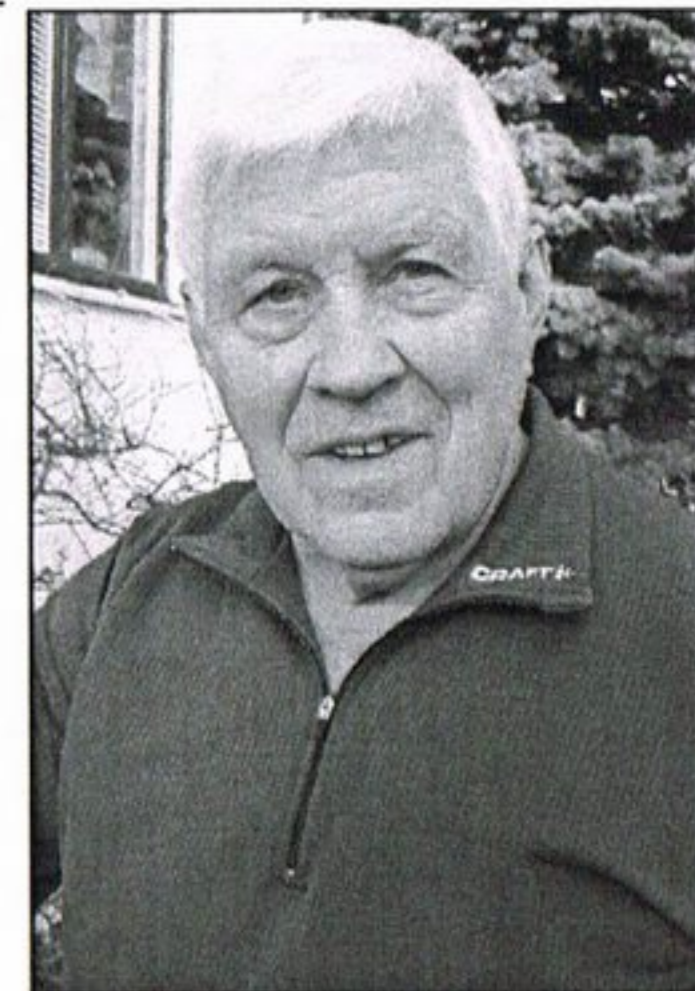
### Första skidtävlingen 1922!

I tidningsklippet ser jag också att Gotlands första skidtävling anordnades vid Visborgsslätt söndagen 29/1 1922 i strålände väder med ett par minusgrader. Huvudklassen hade 117 startande som åkte tre varv på en 10 km-bana. Segrare blev **Sven Montån**, IF Gute med tiden 2 timmar 44 minuter och 40 sekunder.

Det fanns ytterligare fyra klasser, ynglingar 16-17 år, ynglingar 13-15 år, damer (10 km-segrare **Lisbeth Thomsson**, 1 timme 15 minuter), samt flickor upp till 15 år. Som jämförelse kan vi notera att första Vasaloppet kördes i mars 1922.

### Backhoppning i Montånbacken

Ovan nämnde **Sven Montån**, gymnastikdirektör på Visby Läroverk 1920-30, var en stor sim- och skidentusiast. Han anordnade även tävlingar för sina skoleungdomar i Östergravar och Palissaderna. På södra Hällarna strax norr om Kneippbyn har vi kvar Montånbacken där det på 1920-talet utövades backhoppning (!).



Sven Larsson, Ordförande i Gotlands Skidförbund 1966-1970  
Hedersmedlem i Visborgs OK  
Foto: Björn Fransson

Om 20-talets skidsport kan också nämnas att regementet, som då hette I 27, vann Ebersteins armépris, en militärtävling i Östersund, där skrivaren av dessa rader avslutade sin skidkarriär med att vinna dubbelt 1961.

Under 1930-talet verkar det som att skidsporten legat nere, kanske på grund av snöbrist. I Dalhems IF's protokoll finns dock resultat från skidtävlingar 1932-35. I slutet av 30-talet torde även någon tävling ha ägt rum i Visby ute vid Strandgärdet – Snäck.

### Inga DM-tävlingar 1940-42

Någon DM-tävling hölls dock inte förrän 1940-42. Då arrangerades tävlingarna storslaget av militärförbanden. Deltagareantalet var stort med cirka 200 tävlande i en herr- och en damklass. KA 3 och I 18 dominerade i resultatlistorna. Bland damerna vann 1940-41 **Karin Johansson** Tingstäde (faster till i OL-sammanhang kända **Birgitta Hjertén**, Gotlands Bro OK)..



Kuriosa från DM-arrangeman-  
gen var att landshövdingen som  
prisutdelare utbringade ett fyr-  
faldigt leve för pristagarna och  
att regementschefen utbringade  
ett tvåfaldigt leve för landshöv-  
dingen.

#### Stafett på Strandgärdet

Under de snörika vintrarna i  
början på 40-talet var det 30-  
talet föreningar på Gotland med  
skidåkning på programmet. De  
åkte stafett på Strandgärdet i  
Visby, Riksmarschen med 2660  
startande, varav 1500 blev godkända.

På landsbygden var aktiviteten stor.  
Bland annat kördes Ardreloppet på  
Torsburgen, Viklauloppet, Högbroloppet  
och Sliteloppet. I Dalhem (skidmetro-  
polen) var det tävlingar varje helg och  
där började min skidbana 1942, då jag  
vann 2,5 km på tiden 10 minuter 54  
sekunder. Jag kan ännu stolt se fram-  
för mig mitt förstapris, en röd kaffekopp  
med fat ( i plast?).

1943-45 fanns ingen snö, i varje fall  
inget DM. 1946-47 startade den stora  
Visby AIK-dominansen i skidsporten  
med **Einar Dahlin**, **Ede Magnusson**  
med flera. Senare kom Viklaubröderna  
**Berg** med **Berthold** i spetsen.

Nedan: "Jonasarna" Lindgren o. Matthing.  
Foto: Björn Fransson



= 30 =



Stolte skidpappan **Folke**, efter det att so-  
nen **Jonas Lindgren** blivit svensk ungdoms-  
mästare i skidor 1982.

Foto: **Björn Fransson**

#### Einar Dahlin - den store skidkungen

Einar Dahlin var den store skidkungen  
med 28 DM-tecken (15 km, 30 km lag  
och stafett). Bland damerna och juniore-  
rna fanns ej någon särskild domine-  
rande skidåkare. Från VOK var det väl  
bara **Folke "Mankan" Magnusson** som  
skymtade i prislistorna.

1959 störtades Einar Dahlins kunga-  
krona. Det var undertecknad, som åter-  
vänt från Kiruna och militära skolorna,  
som tillsammans med **Lennart Larsson**  
och **Börje Ohlsson** påbörjade den stora  
VOK-dominansen i Gotländsk skid-  
sport.

17 DM-tecken körde vi hem till VOK  
1959-60. Då satte skidsporten fart på  
allvar med VOK-stugan och elljusspåret  
som centrum. 1961 fanns inget snö,  
inget DM. På 60-talet kom sedan nya  
elitåkare, **P-O Alamaa**, **Allan Keldar-  
gard**, **Harald Söderqvist**, **Lars-Ulle  
Gadefors**, **Sauli Jakobsson** med flera.  
Bland damerna dominerade VOK med  
**Gunnel Lundqvist** och **Inga Wallin**  
(10-talet DM-tecken).

#### TV-skidan

Här vid VOK-stugan tränade **Lennart**

= 31 =

och undertecknad ungdomar till dis-  
triktsstafetten "TV-skidan", som vi del-  
tog i 5-6 gånger med uppmärksammade  
framgångar, 17:e plats som bäst. I detta  
sammanhang kom även Stenkyrka  
igång med sina skidframgångar.

60-talet med sina gynnsamma snö-  
vintrar blev en nystart för Gotländsk  
skidsport. 1972 började **Jan-Erik  
Östergren**, tävlande för Dalhem, sin do-  
minans, som varade fram till 1984. Han  
blev Gotlands andra stora skidkung  
med 19 DM-tecken och segrar i natio-  
nella lopp på fastlandet. Storasystem  
**Majvor Östergren** hade allt sedan TV-  
skidan varit främsta dam i skidspåret.

Från 70-talet dominerade VOK den got-  
ländska skidsporten med de stora  
skidledarna **Rolf Pettersson**, **Gunnar  
Alvæus** och entusiasten **Mankan** bland  
ungdomarna. På 70-talet startade även  
det populära "24-timmarsloppet" med  
många deltagare vid VOK-stugan. Varje  
år anordnades träningsläger på fastlan-  
det genom VOK's försorg, men mesta-  
dels saknades skidtävlingarna hemma  
på Gotland på grund av snöbrist.

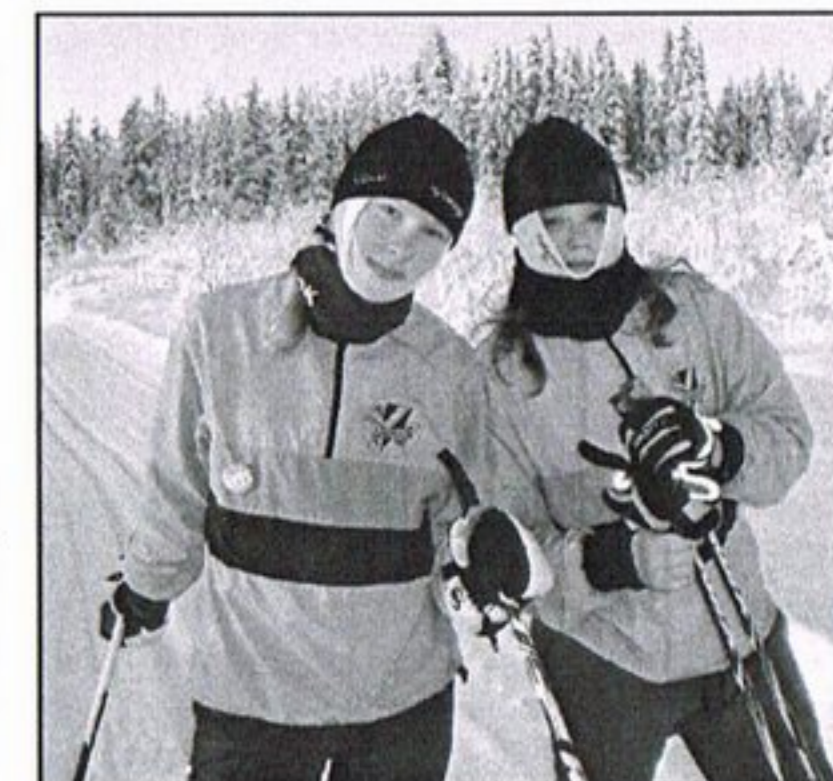
#### Jonas Lindgren vann USM 1982!

1982 small det till i skidsporten på Got-  
land, när **Jonas Lindgren** vann Göta-  
landsmästerskapen och Ungdoms-SM  
för 14-15 åringar. Detta år blev även  
skidsporten årets idrott på Gotland.

Tiden efter 80-talets har väl präglats av  
snöfattiga vintrar, och eftersom mitt  
närminne ej är vad det borde vara, så  
blir det inte någon mer historik än att  
Gotland har en internationellt känd  
skidåkare i speedski-åkaren **Roger  
Wickman**, som har två SM-segrar och  
en World Cup-seger.

Första gotlänningen i Vasaloppet var  
**Fritz Löfqvist** 1945 med 137:e plats på  
tiden 7.48 timmar. **Jan-Erik Östergren**  
kom på 102:e plats 1979 med tiden 4.26  
timmar.

Gotlands Idrottsförbunds års-  
berättelser, som jag studerat från 1927-  
2000, har vid två tillfällen foton från  
skidvärlden, båda med VOK-are. 1964  
med undertecknad som GF-guldmedal-  
jör och 1982 med **Jonas Lindgren** som  
GM- och Ungdoms-SM segrare.  
(Tyvärr gick det inte att med godkänd  
kvalitet kopiera dessa foton - Björns  
anmärkning)



Agnes och Linn på Tomtaslingan  
Foto: **Anita Carlsson**

## Harsalägret

av **Anita Carlsson**

På Gotlands Skidförbunds Harsaresa i  
början av januari var alla, utom två del-  
tagare, VOK-are. Vi bodde i stugor på  
sluttningen ner mot den snötäckta  
Harsasjön.

Med på resan var bland andra en grupp  
av föreningens ungdomar, som var på  
träningläger. Ledare var **Mattias**, **Emi-  
lie**, **Aina**, **Anders B** och **Anita**. Vi körde  
två pass om dagen, teknik på f m och  
på e m samlade vi mil, det vill säga att  
det var fritt att åka hur mycket var och  
en ville. Några testade även det väldigt  
kuperade elljusspåret några kvällar.

Det fanns många olika spår att välja på,  
såsom Lätta milen, Tomtaslingan,  
Blacksåsrundan och SM-spåret. Alla



hittade sin egen favorit. Spårlängderna varierade från 1,5 km till 20 km. Så det blev aldrig tjatigt - det fanns alltid ett nytt spår att testa.

### Tränade mycket balans

Under teknikpassen tränade vi mycket på balans, till exempel genom att åka 10 meter på en skida i taget. Att åka 1,5 km utan stavar startade varje pass, för att få in teknik och balans i diagonal-åknigen.

Alla gjorde stora framsteg under veckan, tekniken förbättrades och alla åkte betydligt längre sträckor i slutet av veckan än i början. Vi tränade mest på klassisk stil men en dag körde vi skejt.

På måndagskvällen vallade alla sina skidor från grunden med glidvalla. Under hela veckan nyttjades vallningsboden flitigt av lägerdeltagarna. Den valla som gällde var blå glider och blå extra som fästvalla.

### Tvåmilspass

En dag körde vi ett tvåmilspass för att alla skulle känna på att åka lite längre. Det blev också ett nyttigt test för dem som skulle åka Kortvasan senare i vinter. Alla fick själva plocka i hop vilka varv man ville köra, så att det blev två

= 32 = mil. Vi ledare servade med blåbärssoppa och frukt vid varvningarna. Det gick jät-tebra för alla och flera åkte längre än två mil.

Efter Vasaloppsträningen åkte vi till simhallen i Färila, några mil från Harsa. Där fanns både en vanlig bassäng med några rutschkanor och en mindre varmare småbarnspool. De flesta av oss höll oss i den lilla barnpoolen, där var det varmt och skönt. Där fanns det också gott om badleksaker att leka med, för dem som ville.

Fredagens lägerstafett, som genomfördes i fristil, blev en väldigt jämn och spännande kamp, där det segrande laget bestod av **Linn Möller**, **Stefan Persson** och **Aina Österdahl**.

Vi blev rejält bortskämda av den goda maten som serverades. Det fanns två rätter att välja på, ett fint salladsbord och efterrätt på kvällen.

På kvällarna, innan det var dags att sova, samlades vi och pratade igenom dagen och såg på dagens bilder. Dagens statistik över antal åkta km/stuga och antal rovor/person sammanställdes också då. **Albert Askengren** var den som åkte allra längst under veckan. Den

som samlade ihop flest rovor var **Cornelia Hansson**, trots att hon inte var med alla dagar!

Sista kvällen hade vi prisutdelningar och utdelning av diplom till bland annat "Lägrets bästa vallare" och "Lägrets bästa enskidåkare" med mera.

Full fart i vallaboden  
Foto: **Anita Carlsson**



## Brev från Linnea

av **Linnea Gustafsson**

*Med ett framgångsrikt 2009 i ryggen har jag fått en fantastisk möjlighet att satsa på min orientering.*

Vid sidan av träningen har jag en deltidsanställning på **Liu Elitidrott** som medhjälpare tränare, läser en deltidskurs på universitetet och hjälper till en del med SOFT:s satsning på **Naturpasset**.

Att få låta orienteringen vara "nummer ett" känns kul och innebär inte att jag tränar en massa mer än jag gjort tidigare. Snarare gör det att jag har tid att återhämta mig mellan passen, inte får en så stor mental stress i vardagen, som annars kan belasta kroppen, och att jag har tid till samtal med mina olika tränare och rådgivare och med skadeförebyggande insatser. Jag har mer tid att ägna åt fler detaljer i det helhetspussel, som en elitsatsning innebär, helt enkelt!

Mina stora mål är EM i Bulgarien i slutet av maj och VM i Trondheim i augusti. I världscupen, som jag också satsar på, vill jag springa Nordic Orienteering Tour i juni och världscupavslutningarna i

### Mötesplan 2010

Så här ser styrelsens mötesplan för resten av verksamhetsåret ut:

- 28 april
- 26 maj
- 23 juni
- Inget möte i juli
- 25 augusti
- 29 september
- 27 oktober
- 24 november
- 12 januari 2011
- Årsmöte den 5 februari 2011



**Linnea Gustafsson**  
TEAM SWEDEN ORIENTERING

Frankrike och Schweiz.

Jag kommer att göra mitt bästa för att komma dit och göra bra insatser på plats, men andras förväntningar på mina resultat lämnar jag därhän. Jag gör trots allt detta för min egen skull och gläds åt att ha fått chansen att testa mina vingar.

Följ gärna mina öden och äventyr på min blogg som du hittar via [www.okhallen.se](http://www.okhallen.se)

### Info saknas!

Tyvär saknas information/nyheter från:

- Träningskommittén
- Ungdomskommittén (förutom artikeln om "Unga ledare")
- Anläggningskommittén
- Klubb-service
- VOK-Shopen

Vill ni veta mera om deras aktiviteter, hänvisas ni till VOK:s kalendarium och till information på klubben hemsida [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)



## naturpasset

av Björn Fransson

Så här ser Naturpassets nya logotype ut. Naturpasset är Svenska Orienteringsförbundets och Sveaskogs gemensamma friskvårdssatsning.

Naturpasset står för en härlig naturupplevelse med kartan i handen. Naturpasset finns i cirka 500 områden runt om i Sverige. Du behöver inga förkunskaper. Kontrollerna kan du besöka på egen hand, tillsammans med dina vänner eller din familj. Det enda som krävs är lite tid, nyfikenhet och lust att testa nya utmaningar.

Vid ett informationsmöte med GOF informerade **Lotta Stigsdotter** från SOFT om den nya satsningen, som innehåller "Naturpasset grundpaket", "Naturpasset företag" och "Naturpasset motionsorientering".

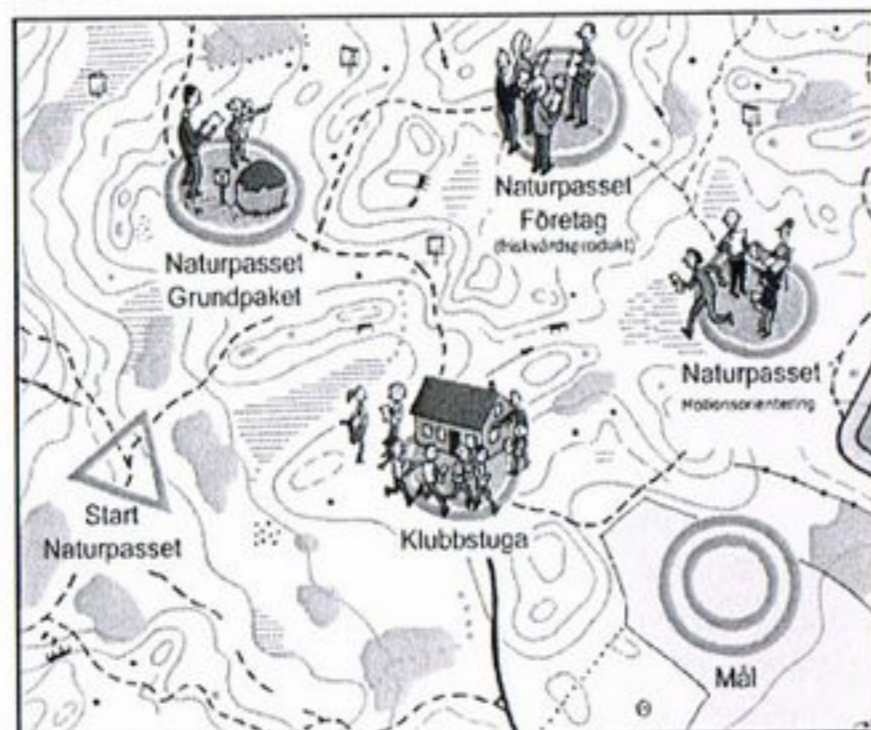
Intresset på mötet var mycket stort och man beslöt sig för att omedelbart starta en arbetsgrupp med representanter från alla de gotländska OL-klubbarna. VOK:s **Ann-Marie Larsson** är sammankallande för GOF. I gruppen finns också den nya ansvariga i VOK, **Ingrid Danielsson**.

Målet för gruppen är att, i samarbete, ta fram Naturpasset på hela ön. Ett Foto-Naturpass i Visby Innerstad är redan på gång och troligen blir det ett på Södra Hällarna i år också.

Det finns också en del "småplaner" på Cykel-Naturpass (Svisse!) och ett "Kultur"-Naturpass i Västerhejde (Björn!).

Besök gärna Naturpassets hemsida för mera information: [www.naturpasset.se](http://www.naturpasset.se) och/eller VOK:s egen hemsida på [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se) för att få veta när och var du kan köpa Naturpasset här på Gotland.

= 34 =



### Bisons skidspårstankar

"Här ute på landsbygden har vi inga maskinpreparerade skidspår att åka i, sådana som det finns massor av i Visby.

Dessa spår är hur enkla som helst att åka i. Man placerar en skida i varje spår och tar ett stavtag. Efter hundra meter tar man ett stavtag till och efter ytterligare hundra meter ytterligare ett. Så håller man på och efter en kvart har man åkt en mil och är tillbaka på samma ställe igen. I sådana spår krävs det varken teknik eller armkraft. Man blir inte ens svettig.

Mitt sexkilometersspår – tre kilometer fram och tre kilometer tillbaka – består av två kilometer bilspår och resten drygt halvmeterdjup lössnö i drivor. Efter varje åkning blåser spåren igen och begravs av nyfallen snö.

När jag kommer hem har jag ont precis överallt. Utom i fötterna, eller rättare sagt tårna. I halva vänstra lilltån för att vara exakt, den är nämligen stelfrusen." (Signerat "Bison" i GT)

**VOK:s ungdoms- och vuxenkurser** finns numera noggrant presenterade på hemsidan. Alla kurser + tisdagssoppa börjar den 13 april kl 17.45!

[www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)

= 35 =

## Anmälan via Eventor – Steg för steg!

av Björn Fransson

Från och med nu gäller ett helt nytt anmälningssystem, om du vill delta i någon orienteringstävling.

Det är helt baserat på att du har och kan använda en dator. Du kan även fortsättningsvis anmäla dig per telefon till **Nisse Hallgren**, tel 21 89 97. Det är bra, om du har tillgång till Eventors hemsida, där även det mesta av nedanstående står att läsa:

<http://eventor.orientering.se>

Så här gör du för att anmäla dig:

1. Du måste vara registrerad som aktiv medlem i Visborgs OK.
2. För att bli registrerad måste du lämna in ditt personnummer och din mailadress till vår klubbadministratör, **Ing-Marie Bergman**: [im.bergman@telia.com](mailto:im.bergman@telia.com)
3. Hon skickar sedan ett mail till dig med ditt användarnamn och ett lösenord, så att du kan komma in på det nya anmälningssystemet Eventor. Lösenordet kan du sedan byta ut mot ett enklare, som passar dig.
4. Gå sedan in på: [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)
5. Läs mer om hur du använder Eventor genom att klicka på "Eventor klart för anmälan".
6. Ett alternativ, om du även vill komma in på föreningen/info från styrelsen, är

[www1.idrottonline.se/default.aspx?id=302031](http://www1.idrottonline.se/default.aspx?id=302031)

Då måste du ha tillgång till sådana inloggningsuppgifter, som endast hemsidans administratör, Johan Öberg, kan ge dig.

7. Klicka på "Orientering" i menyraden.
8. Klicka på "Eventor" högst upp till vänster.
9. Klicka på "Logga in". Logga in med hjälp av dina användaruppgifter. Det går bra att skriva in personnumret. Låt datorn spara dem, så slipper du komma ihåg dem nästa gång.
10. Nu får du en uppgift om att du är inloggad i ditt eget namn och ett "Välkommen"!
11. Klicka på "Tävlingskalendern".
12. Om du klickar på ett tävlingsnamn i kalendern får du mer information om tävlingen, se var tävlingsplatsen ligger på kartan och så vidare.
13. Du anmäler dig genom att bocka i rutan längst till höger för de tävlingar du vill delta i.
14. Viktigt! När du bockat i alla dina tänkta tävlingar, måste du gå längst ned på sidan och klicka på "Anmäl till förbockade tävlingar"!
15. Du kan, efter att anmälan är slutförd ändra dina inställningar kring detta via "Mina sidor – Personliga inställningar" i menyn. Där kan du också "avanmäla dig", om du ångrar dig.
16. Du behöver inte ange klubb, klass, SI-nummer eller liknande. Sådant håller datorn reda på, eftersom du är registrerad som aktiv orienterare.
17. När du gjort din anmälan lotsas du vidare till en sida, där du kan se vilka som anmält sig i din klass och från din klubb.
18. Finess! I kolumnen "Avstånd" kan du se hur långt du har till tävlingen. Till exempel: Om jag vill vara med i Lunds OK:s påsktävling har jag 368 km att åka från Lunds, Västerhejde till tävlingens arena!

## Lycka till!





VISBORGS OK

Box 1245  
621 23 VISBY

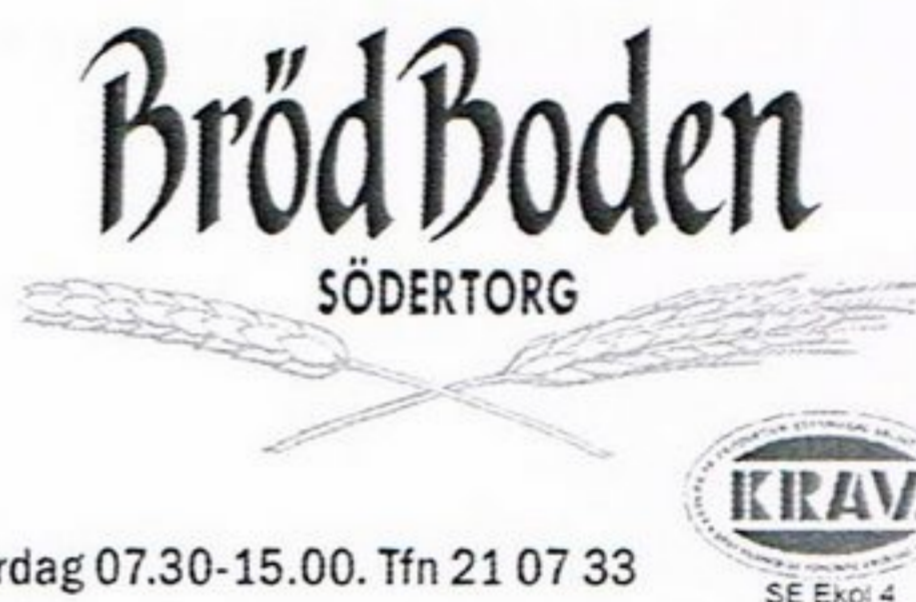
**B** FÖRENINGSS-  
BREV <sup>= 36 =</sup>

## Välkommen till Södertorg!

Varje dag fyller vi den lilla butiken på Södertorg med godsaker. Vad sägs om nygräddade frukostbullar och kaffebröd till morgonfikat? I disken hittar du allt från färdiga smörgåsar till kondisbitar av högsta kvalité. Och du, missa inte våra goda bakelser och tårter. Nu kan du även sitta ner i vår servering. Prova vårt ekologiska och rättvisemärkta kaffe. Välkommen in till oss. /Konditorgesäll Joakim Ahrling

*Medlemserbjudande!*

*Bjud en vän på fika. Visa upp Svettbladet eller annonsen så fikar ni två men betalar bara för en. Vi bjuder på den billigaste. Gäller under April och Maj.*



Södertorg Visby. Öppet måndag-fredag 06.30-18.00 och Lördag 07.30-15.00. Tfn 21 07 33

### **BH-Ligan bejakar modet!**

*Den 12 mars hade BH-ligan sin årliga inspirationsfest i VOK-stugan. Kvällen inleddes med valfria varv på det ännu välpreparerade elljusspåret.*

Längs vägen hade kvällens festfixare och 2009 års BH-ligevinnare, **Anna Same-lius** och hennes medhjälpare **Charlotta Dahl** och BH-modern **Annelie Anders-son**, satt upp tipsfrågor. Frågorna handlade om olika styrkor hos kvällens deltagare. Vem är mest pricksäker? Vem har bäst balans?

VOK-stugan fylldes efter hand på med ett 30-tal mogna VOK-kvinnor. Efter en härlig buffé ordnades underhållningen genom att alla i olika grupper fick tävla i mer eller mindre suspekta grenar. På så sätt fick vi många glada skratt och tipsfrågorna sina rätta svar.

Alla mogna kvinnor i VOK kan vara med i BH-ligan. Det gäller bara att vilja tävla i minst fem olika OL-tävlingar under

året. Ibland är viljan större än orken, men då är man med ändå.

Det behövs dock ett visst mod för att vara med i BH-ligan. Risken finns att man någon gång leder ligan och då måste man bära en tröja - dekorerad med svart BH.

Under kvällen kunde vi dock konstatera att det snart inte kommer att vara generande att visa sina underkläder offentligt! På catwalken vid vår- och sommarvisningarna har man kunnat begäpa modeskaparen **Marc Jacobs** senaste mode och konstatera att underkläderna skall bäras utanpå i år!

Snart kommer ingen att veta vem som leder BH-ligan. Alla kommer att springa med BH-n utanpå i storskogen och målgången kommer ett vara som en lång rafflande catwalk! Pressen kommer att bevaka orienteringarna och rubriken kommer att vara given: "VOK:s damer bejakar modet!" (**Gunnel Fransson**)



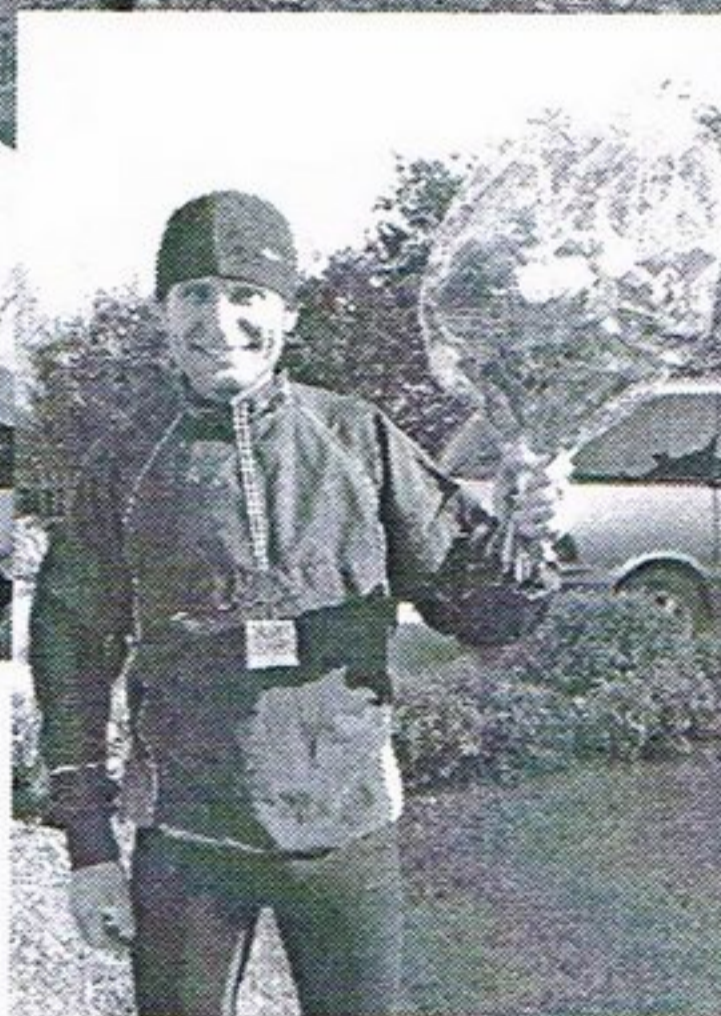
# SVETT-



# BLADET

UTGIVET AV  JULEN 2010

Det visar sig vara ovanligt gott om tongivande VOK-are, när vi sammanfattar OL-året 2010.



Här ser ni några av dem. Ovan: **Mikaela** och **Tove Rönnbäck**. Th tröjmästarna **Andreas Nikolausson** och **Anna Samelius**.



# SVETT- BLADET

Mer eller mindre officiellt organ för  
Visborgs Orienteringsklubb

**Svettbladet** utkommer två gånger  
per år - under våren och innan jul

Upplaga: Cirka 300 ex = 1 ex/familj

## Huvudredaktör/ansvarig utgivare:

Björn Fransson, Lunds Västra 5,  
622 61 Visby  
Tel: 0498-264568  
Mobil: 070-3649343

E-post: [bjorn.fransson@tella.com](mailto:bjorn.fransson@tella.com)

Redaktörer: Kommittéledare och andra  
som blivit ombedda att skriva eller  
som alldeles på egen initiativ bidrar.

## VOK-Lotteriet

av Berith Hallgren

... finns numera på hemsidan -  
med vinnarna månad för månad. Kolla  
själv på [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se).

De senaste vinnarna:

April: nr 28 **Björn Fransson**

Maj: nr 13 **Margareta Henriksson**

Juni: nr 32 **Conny Ahlby**

Juli: nr 39 **Berith Hallgren**

Augusti: nr 69 **Olov Wetterlund**

September: nr 34 **Anna Rondahl**

Oktober: nr 13 **Se maj!**

November: ?

## Stort tack!

till alla bidragsgivare, ingen nämnd och  
ingen glömd, till detta 40-sidiga, rekord-  
nummer av **Svettbladet**. Utan er hade  
det inte blivit mycket att fördjupa sig i!  
Stöd mina efterträdare på samma sätt!

= 2 =

## Innehåll

Framsida : VOK-stugan i vinterskrud

Sid 2 : Redaktörsord. VOK-Lotteriet

Sid 3 : Vid rodret

Sid 4 : Avgifter. Valberedningen.

Sid 5 : Ett halv liv som redaktör

Sid 7 : Dala-Dubbeln

Sid 8 : Livet som ledare

Sid 12: Natt- och Medel-DM

Sid 13: VOK-stugans år

Sid 14: Sponsorer för utbyggnaden

Sid 15: VOK:s och Svaides 10 km

Sid 16: Debutanternas 25-manna

Sid 19: Båda mästartröjorna till VOK

Sid 20: Presentation av skidledarna

Sid 23: Skidträningen har börjat

Sid 23: Snökanonprojektet

Sid 24: 3-dagars 2011

Sid 25: WOK-Cups-året 2010

Sid 27: Hemsidenytt

Sid 28: Hur gick till på GGN?

Sid 29: Enduroserving på gott o. ont

Sid 30: Enduro i ketchuprött

Sid 32: Gotland - ön som Gud glömde

Sid 34: USM-läger

Sid 36: Linneas krönika

Sid 38: 4500 på det tuffa Tjurruset

Sid 40: Annonser

## VOK:s mål

Ge medlemmarna möjlighet  
att utvecklas socialt och  
idrottsligt genom samverkan,  
samarbete och samvaro.

## Redaktörsord

Gå till sidorna 5-7, där jag försökt mig  
på att skriva en sammanfattning av de  
30 åren med **Svettbladet**. Det känns  
gott att få avsluta "karriären" med detta  
rekordtjocka nummer - späckat med  
artiklar och information.

**God Jul och Gott Nytt År** önskar Björn  
och Gunnel.

= 3 =

## Vid rodret

av Kaj Wirén

År 2010 som snart kan läggas  
till handlingarna hade av kap-  
tenen på skutan döpts till VOK-  
stugans år. Detta för att ovan-  
ligt mycket skulle göras och  
hända vid klubbstugan under  
året.

Det började redan den 15 de-  
cember med ymnigt snöfall och  
blev till en osedvanligt fin vin-  
ter med 100 snödagars i obruten  
följd. Runt 30,000 besökare och en  
skidvinter att lägga på minnet.

Antalet medlemmar ökade från 368 vid  
årsskiftet till över 500 den 1 mars.  
Närmare 40 % fler medlemmar på två  
månader!

### Ett aktivt VOK-år

Efter vintern har vi bland annat

- byggt en 1900 meter lång konst-  
snöanläggning
- grävt ut vår lilla damm till en stor  
och vacker vattenreservoar
- byggt till skiduthyrningsbaracken
- gjutit en platta för en sopstation
- fraktat bort skidbacken/källar-  
kullen till "skidteknikcentrum"
- påbörjat garagebyggnaden. Av  
olika anledningar kommer bygget  
inte att stå klart förrän under år  
2011
- med gemensamma krafter för  
24:e gången genomfört GGN-upp-  
draget
- deltagit i 25-manna med många  
ungdomar i laget

### Mästartröjor till VOK-are

**Anna Samelius** och **Andreas Niko-  
lausson** har erövrat Mästartröjorna. Det  
visar att en ålder runt 40 inte har så  
stor betydelse om man vill vara med i  
fotlandstoppentoppen några extra år.  
Ett stort GRATIS från hela VOK!



Två verkliga VOK-eldsjälar -  
**Kaj Wirén** och **Nisse Hallgren**

Har vi kanske sett starten till en ny  
VOK-epok? Många ungdomar står in-  
för sina genombrott både som oriente-  
rare och som skidåkare. Ska bli spän-  
nande att se vad som kommer i kölvat-  
net efter Linnea och Erik. Linnea är för-  
resten rankad som nummer ett på  
Sverigelistan när detta skrivs.

### Tack för sex härliga år!

Jag har till valberedningen anmält att  
jag vid nästa årsmöte önskar avgå som  
VOK-ordförande och bli avlöst. Detta  
med ålderns rätt och efter 6 härliga år.  
Ser gärna en kvinna som min efterträ-  
dare.

Tack för att jag fått vara ordförande för  
en livaktig klubb som just detta år fyl-  
ler 65 år men som går in i pensionsål-  
dern med obrutna krafter och med vind  
i seglen. Jag önskar den nya ordföran-  
den och styrelsen stort lycka till. Segla  
vidare med fulla segel mot nya djärva  
mål. (Kaj - fortfarande vid rodret!)

**Var klok - sponsra VOK,  
till exempel med  
en stolpe!  
(Se Info på sid 40)**



## Valberedningens information

Inför årsmötet i januari har ordförande och sekreterare aviserat att de inte är aktuella för omval. Det innebär att valberedningen framöver kommer att fråga medlemmar om medverkan i styrelsearbete eller i olika kommittéer.

Som vanligt vill vi gärna ha yngre personer och jämn könsfördelning. Har du idéer om lämpliga personer, eller vill du själv engagera dig så hör av dig till valberedningen.

**Bo Magnusson**  
**Patrik Rönnbäck**  
**Nils Hallgren**

## Årsmöte för Visborgs OK

Boka in **lördagen den 29 januari** för Visborgs OK:s årsmöte. Kallelse och info kommer senare!

## Två tack!

\*\*\* Tack för ett fantastiskt fint ordnat läger i helgen. Det var nöjda ungdomar och ledare som tog färjan hem. (**A. Nonym** på VOK:s hemsida)

\*\*\* Stort tack till alla VOK-are, som upp-vaktade mig så fint i samband med min födelsedag. (**Göte Dahlberg**)

### Ur VOK-stugans gästbok 1965

**OBS! Gäller även 2010!**

År sextiofyra ur tiden gått, minnen för livet av det vi fått.

Nu ser vi fram mot år sextiofem, ett GOTT NYTT ÅR önskas alla dem, som besöker vår stuga och njuter av friden, medlet framför andra mot stressen i tiden.

= 4 =

## Avgifter

### Medlemsavgift

Familj	500 kronor
Enskild, vuxen	200 kronor
Enskild 20 år och yngre	100 kronor

**Tidigare medlem:** Om familjeförhållanden ändrats eller om Ni har flyttat, notera detta eller meddela Ing-Marie.

**Ny medlem:** Meddela adress, telefon-nr och födelsedatum. Kan göras som e-post till [im.bergman@telia.com](mailto:im.bergman@telia.com).

### Tävlingsavgift

Orientering	500 kr/år
Skidor	200 kr/år
Både orientering och skidor	700 kr/år
Avgiftsfritt för alla upp till och med 20 år.	

Medlemsavgifter inbetalas på bankgiro 5791-2750, Visborgs OK eller till konto 84806-9931369129.

Frågor? Ring till Ing-Marie, som har hand om medlemsregistret, tel 218635, eller e-maila: [im.bergman@telia.com](mailto:im.bergman@telia.com)

## Viktig info

### VOK-stugans telefonnummer

är inte alltid lätt att hitta i telefonkatalogen, men här: **26 11 62**.

Vår vaktmästare **Sören Thulin** kan även nås på sin mobiltelefon: **070 - 242 84 33**.

### Klubbens officiella adress:

**Visborgs Orienteringsklubb (VOK),**  
Box 1245, 621 23 VISBY

### VOK PÅ INTERNET:

[www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)

Mail till klubben:

[info@visborgsok.se](mailto:info@visborgsok.se)

= 5 =

## Ett halvt liv som Svettbladsredaktör

av Björn Fransson

*Våren 1980 sprang jag, som 37-åring, mitt första 10-mila. Det visade sig bli mitt sista, för de två följande åren, när jag också fick vara med i gänget, fick lagen inte göra omstart, om de kommit för långt efter. Och det hade vi - med vårt kombinerade pojks- och gubblag.*

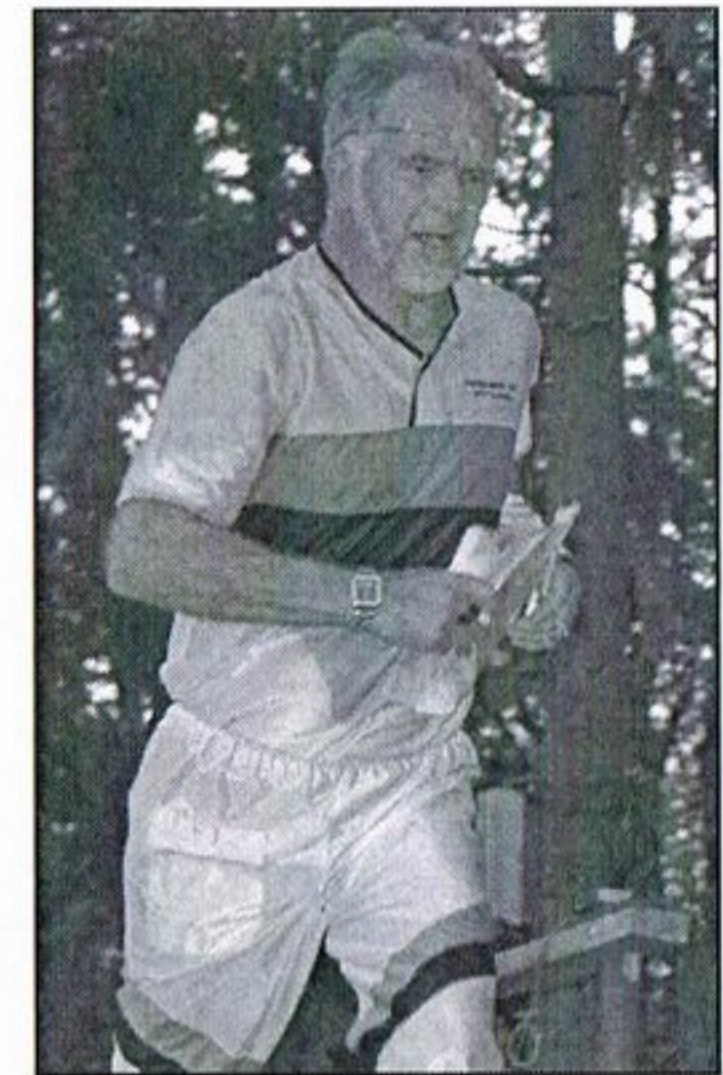
Om detta skrev jag ett 4 sidor långt kåseri i **Svettbladet** sommaren 1980 och avslutade med: "Skulle jag inte lyckas kvalificera mig till nästa års 10-milakavle som tävlande, så hoppas jag att jag med den här berättelsen får komma med som skribent för **Svettbladet**".

### "Du kan väl ta över", sa Nisse

Så blev det! Dåvarande redaktören **Nisse Hallgren** tyckte att jag lika gärna kunde ta över hela jobbet som huvudredaktör för vår klubbtidning - och nu har det plötsligt gått 30 år! Det har varit år av väldigt mycket glädje och förnöjsamhet (jag fick ju uppfylla min dröm, att bli journalist och pressfotograf i en och samma person), av blod, svett och tårar, av besvikelser och försakelser och, så här efteråt, en stor tillfredsställelse över att ha fullföljt ett maratonlångt lopp och nu närmar mig målet.

### Litet statistik

Under de 30 årgångarna har jag varit pappa till 74 utgåvor av **Svettbladet**, innehållande 1470 sidor (om det här numret blir 36-sidigt, som planerat!). För snabbhuvudräknarna måste jag berättat att det blir ett snitt på 2,5 nummer per år, eftersom vi periodvis har satsat på tre utgåvor per år. Antalet si-



Jo, jag springer också!

dor per utgåva har pendlat mellan 16 och 36 med ett snitt på 21. De senaste 10 åren ligger snittet dock högre, nämligen hela 31! Till allt detta bör också läggas **SVETTBLADSBOKEN**, som kom ut till VOK:s 60-årsjubileum 2005, och som ersatte en av utgåvorna.

Jag roade mig med att titta på alla ytter-sidor under årens lopp. På något sätt inbillade jag mig att några personer porträtterats där oftare än andra, men så är inte fallet. Det är bara tre personer som förekommit vardera fyra gånger på Svettbladets framsida: **Johnny Bergman**, **Elena Österdahl** och **Linnea Gustafsson**. Följande har varit med tre gånger: **Lena Nyström**, **Jonas Mattning**, **Erik Fransson**, **Ulla Dahlström** och **Aina Österdahl**.

Ordförandena har avlöst varandra. Inte mindre än 7 stycken har på ledarplats fått möjlighet att blicka tillbaka och framlägga sina visioner: **Sten Björklund**, **Uno Jonsson**, **Ulla Dahlström**, **Johan Hörlin**, **Bo Magnusson**, **Göran Lindström** och **Kaj Wirén**.



## Innehållet - en salig blandning!

Någon "kritiserade mig" för att **Svettbladet** förändrats väldigt litet under alla dessa år - och visst ligger det en hel del i det. Det kanske till och med har varit meningen? Konceptet och mina egna tankar om vad en klubbtidning, som går ut till alla medlemmar, bör innehålla, har sett likadant ut under alla åren 1980-2010.

Det har varit en salig blandning av skidor och orientering, reportage om resor, läger, kurser, tävlingar och annat som skulle kunna intressera läsarna. Information om styrelse- och kommittéarbete har varit viktiga inslag, liksom tillbaka- och framåtblickar från de ansvariga. Jag har själv alltid betraktat Svettbladet som en slags historie- eller dagbok och det tänkandet var lyckosamt, när jag satte mig för att sammanfatta VOK:s första 60 år. Det mesta var ju redan skrivet av någon.

## Många har skrivit

Den senaste meningen är speciellt viktig. Någon har skrivit. Många har skrivit. Utan alla dessa skribenter och medhjälpare hade det inte blivit något innehåll alls och då spelar det egentligen ingen roll vad den envåldshärskande huvudredaktör'n Björn tyckt och tänkt.

Det som skrivs måste vara intressant och tankeväckande och det kan bara den som skriver styra över. Menar kritikerna kanske att lay-outen varit sig lik under alla år? Ja, det kanske beror på att det varit samme redaktör, som trott sig knäpa ihop en smakfullt förpackad produkt, på det sätt som han själv vill ha det. Dessutom har jag styrts litet av tekniken.

## Tekniken har styrt

Det som betytt mest för mig som redaktör, men som märkts minst av er som läsare, är just tekniken. De första åren satt jag med min lilla reseskrivmaskin, en **Facit Privat**, och producerade rem-

= 6 =

sor med jämn högerkant, som jag klistrade fast med Fastik på A4-papper. Alla rubriker gnuggades med hjälp av bokstavs-gnuggisar!

Alla svartvita bilder togs fram från negativ av **Rolf Malmros** i hans lilla mörk rum. De flesta bilderna tog jag själv och jag ska så småningom lämna över denna stora "skatt" till VOK:s arkiv - var det nu finns någonstans? Där finns det mycket att titta på för våra efterkommande! Bilderna behandlades sedan av tryckeriet så att de fick rätt storlek, men jag fick själv räkna ut hur mycket plats jag skulle lämna på manuspapperet för dem.

Senare fick jag råd att skaffa mig en liten elektrisk skrivmaskin, vilken underlättade arbetet betydligt. Jag kunde till exempel radera utan att sitta och laborera med Tippex och liknande. Dessutom klarade den av att räkna bokstäver, så att jag fick en jämn högerkant på spalterna.

## Datorn revolutionerade jobbet

Så småningom fick jag låna en liten laptop av **Bosse Magnusson**, fast den inte hette så på den tiden. Det var i alla fall en liten dator, där man kunde få ut skrivna A4-papper direkt ur maskinen. Proceduren var egentligen likadan hela tiden - skriva, klippa, passa och klistra och lägga på en tom säng. Och se till att inte katten kom in och satte spår på allt i sin väg eller att någon öppnade tvärdrag, så att remsorna bytte plats på manuspapperena. Det var en oerhörd lättnad, när allting satt fastklistrat och verket närmade sig sin fullbordan. Fast det här med att sidoantalet alltid måste gå att dividera med 4 har sina egna problem. Ta bort någons mödosamt nedplutade bidrag? Eller försöka få ihop 1-3 sidor till? Ja, det är alltid frågan.

## Nu finns allting på en CD-skiva

1993 kom datorn in i mitt liv, samtidigt som Komvux gav mig kurser i ordbe-

handling. Med hjälp av program som **Page-Maker** och **Photoshop** (som jag fortfarande använder!) har arbetet med vår klubbtidning blivit mycket snabbare och enklare. Vilken tur att mina söner har kunnat smygkopiera dem och sett till att de kommit in i min dator och dessutom lärt mig hantera dem!

Nu kan alla bidrag (inklusive foton) tas emot med hjälp av datorn, produceras i datorn, sparas och bränns ned på en CD-skiva, som tryckaren sedan kan ta fram i sin dator, som skickar in den i kopian, som gör det hela till den färdiga produkten, som kommer ut i andra ändan, vikt och redan försedd med häftklammer!

Det som togs mest tid förut, tar mest tid nu också, nämligen att planera varje utgåvas innehåll, tjata på skribenter att skriva och fotografer att skicka bilder. En redaktör kan inte vara med överallt, utan är beroende av sina medhjälpare och av sin övertalningsförmåga.

## Lycka till!

Jag önskar att min efterträdare har denna egenskap och dessutom har ett brinnande intresse och en god blick för att göra en bra klubbtidning.

Jag önskar den nya huvudredaktören lycka till i det arbetet och lovar att inte sluta skriva för att jag nu av sagt mig ansvaret. Du kommer att ha/få mitt fulla stöd - om du vill ha det!

Till höger ser ni **Agnes** och **Linn** iklädda den "dräkt" som de sprang i på Dala-Dubbeln. Foto: **Ola Gustafsson, Skogssport**

= 7 =

# Dala-Dubbeln 2010

av **Linn Möller** och **Agnes Carlsson**  
Lördagen den 16 och söndagen den 17 oktober var runt 50 gotländska ungdomar i Falun, på tävlingen Dala-Dubbeln.

På lördagen var det stafett och det gick bra för dom flesta, speciellt för **Tove Rönnbäck**, som kom in 2:a på första sträckan och växlade till **Ellinor Vejlens**, och dom kom på 14:e plats den dagen.

Sedan tog vi bussen hem till gymnasalen, där vi bodde, slappade och åt mat tills det var dags för en av dom roligaste sakerna, Dala-Dubbeln Discot!

På söndagen var det patrull långdistans, och då var det dags att klä ut sig. Dom flesta killarna hade inte förberett någon utklädnad, så vi sminkade dom. Ellinor Vejlens och Tove Rönnbäck klädde ut sig till ninjor. Vi själva (Agnes Carlsson och Linn Möller) var utklädda till Baja-





major. När vi var på väg till starten fotade och skrattade många åt oss.

Framme vid starten hade vi svårt ta upp våra egna kartor och lättare blev det ju inte på banan... Det var svårt att springa med en kartong som gick nedanför knäna och ta sig fram i skogen. Lättare blev det ju inte när man tänkte på att vi hade 7,5 km framför oss.

Vi var ute i 2 timmar och 45 minuter på grund av kartongen. Vi frågade en gubbe i skogen vad klockan var, för vi hade bestämt en tid, när vi skulle vara i bussen för att hinna med båten. Då fick vi reda på att om 40 minuter skulle vi ha duschat och ätit och sitta i bussen - och vi hade fortfarande en lång bit kvar av banan.

Men när vi stressat genom slutet av banan så ramlade Linn i kartongen och kom inte upp, men vi hjälptes åt och kom till slut i mål! Vi kommer nog aldrig att springa i så stora kartonger igen, men det var en rolig upplevelse som vi sent glömmet.



**Anna Samelius** - mamma, hustru, ledare, Tröjmästarinna, RK-anställd, hästägare, SOFT-ledamot, på språng!  
(Foto: *Mattias W*)

## Livet som ledare

av Anna Samelius

*Att ha förmånen att vara ungdomsledare för en grupp ungdomar mellan 13 och 17 år är en gåva. Man får förtroendet av ungdomarna att vara en extra vuxen i deras liv, i en ålder då väldigt mycket händer.*

Det handlar inte bara om att lägga träningar, planera läger och tävlingsresor till fastlandet, utbyten med andra klubbar (både på Gotland och på fastlandet), utan det handlar lika mycket om att fånga dem, när de faller, och glädjas med dem, när livet leker. Det kan vara olycklig kärlek, jobbigt i skolan, föräldrar som "inte förstår" eller bara att man är glad och lycklig över något som hänt en - stort som smått.

### Orienteringsåret 2010

Orienteringsåret 2010 har innehållit en massa roliga resor till fastlandet, läger

här hemma med VOK-barnen, läger med FK Göingarna i Skåne och OK Hällen i Stigtomta, Riksläger, USM-läger samt besök av OK Hällen hos oss. Både tävlingsresor och träningsläger på fastlandet är viktiga för att ungdomarna ska utvecklas inom orienteringen. Den allra viktigaste teknikutvecklingen, sedan man lärt sig själva orienteringsmomentet, är att lära sig hantera nya terrängtyper, hur olika kartritare tolkat terrängen samt hur olika banläggare gör kluriga banor.

Jag räknade ut att jag rest med ungdomarna till fastlandet 11 gånger under våren, sommaren och hösten, varav fyra gånger var läger på 4-5 dagar. Ni kan ju förstå att varken vårt hem eller vår trädgård är i bästa skick... Man lämnar hemmet på fredag morgon, arbetar, tar båten efter att man plockat upp några ungdomar från skolan, sedan är man hemma igen vid halv två natten mot måndag. Då gäller det att tvätta kläder direkt, för att hänga dem på måndag morgon, så de är torra på tisdag morgon, eftersom vi ofta åker direkt till träningen efter skola och jobb.

### Ibland är man sliten

Ibland är man sliten och kanske inte alltid kommunicerbar efter tisdagsträningen - när andra klubbmedlemmar vill byta några ord eller komma med nya idéer. Men vi ungdomsledare är alltid intresserade av nya idéer och nya hjälpanande händer - även om våra fokus vid träningarna ligger på barnen/ungdomarna och ni andra får stå tillbaka lite.

Vi är ett mycket bra gäng barn- och ungdomsledare, men vi behöver bli fler, så vill ni eller någon ni känner, hjälpa oss i stort som smått - hör av er! Icke orienterande föräldrar är också välkomna att vara med, till exempel behövs alltid någon som ansvarar för mat på läger, chaufförer eller kanske någon som gillar att skriva om resan/läget och skicka till tidningen?

= 9 =

### Unga ledare-projekt

Under vintern/våren genomförde vi återigen ett "Unga ledare"-projekt. I år deltog 17 ungdomar, varav fem från andra klubbar. Årets projekt gick ut på att lära ungdomarna hur man arrangerar en tävling samt grunderna i kartrevidering, detta utifrån ungdomarnas egna önskemål. Då vi hade en helt fantastisk vinter, som varade långt in på den ordinarie våren, så hann vi inte avsluta projektet innan sommaren, utan det kommer att avslutas denna vinter. Grand finale är i vår, när våra ungdomar står som arrangörer till en egen närtävling! Träna på i vinter, för vi vet aldrig vad ungdomarna hittar på för tävling för oss andra!



Värsta konkurrenten till Anna, dottern **Mikaela Rönnbäck**, blev 9:a i Sverige i USM:s långdistans.  
Foto: *Anna Samelius*

### Förtroende och ansvar

För att föreningsutveckla behöver vi ge ungdomarna förtroende och ansvar - utifrån deras önskemål och med stöd av oss vuxna! Här måste jag ge ett stort



tack till **Rolf, Anneli, Leif** och **Stefan H**, som för ungdomarna haft fem tillfällen med banläggings- och teoretiska teknikövningar (Rolf), två tillfällen med Ocad-utbildning (Anneli), tre kvällar med arrangörsutbildning (Leif) samt en kväll om vad som egentligen händer i sekretariatsvagnen (Stefan). Jag, **Emma** och **Lotta D** lärde oss också mycket under dessa kvällar – TACK! Sen måste jag tacka Lotta, som ställer upp i vått och torrt, fast hon har en egen träningsgrupp att ta hand om!

#### Analys av året som gick

Redaktören önskade även en analys av året som gått. Här kommer en kort sådan från den äldsta ungdomsgruppen i VOK. Vi har i Visborgs OK ungdomar, som är i toppen i landet inom flera områden. **Emil Veglens** deltog på Förbundsmötet, han har gått både grundtränarutbildning steg 1 och 2 och är en oerhörd resurs, även om han nu bor långt bort i stan (Kiruna). Han visar på kraften och kunskapen som de unga har!

**Mikaela** och **Tove** (även kallade Kenyanerna av Anders) är i topp i sina klasser nationellt och inspirerar de andra – framför allt när de andra spöar dem i skogen. **Mikael** och **Junia** är nog i topp i Sverige i utvecklandet under året.

Mikael springer nu lika fort som övriga grabbar, har fått koll på tekniken, och på USM kom han i mål med ett leende på läpparna och sa: "Anna – det funkade med kartkontakt! Jag har bommat lite, men visste nästan hela tiden var jag var." Junia släpper på försiktigheten och snart utmanar hon Mikaela!

#### Linn - Nattens Hjältinna

**Linn** och **Mikaela** gjorde debut i D21 i år, där Linn blev Nattens Hjältinna genom att ta sig runt D21-banan fast lampan slocknade efter 2/3 bana! Hon frågade en farbror om han hade en lampa hon kunde låna. Han svarade nej, men



**Linn Möller** - en tjej värd allas beundran för sina kämpainsatser under det gångna OL-året. Foto: **Anna Samelius**

sa att hon kunde hänga med till nästa kontroll, som bara låg några hundra meter bort. När de kom till den kontrollen frågade Linn igen om han inte hade en lampa: "Typ en sån där liten lampa". Jo, han hade ju en liten pennlampa och den tog hon sig sedan runt med! Och sedan har vi en del som säger att tjejer inte vågar springa nattorientering...

**Albert** håller på med en massa andra idrotter, förutom orientering, men hänger i alla fall med övriga grabbar och utmanar dem titt som tätt. En naturbegåvning för orientering? **Ellinor** är vår charmtjej, som håller igång hela gänget, fast hälften borde sova för länge sedan. Hon är nog nationsbäst i underhållning. Sen är hon ruskigt duktig på orienteringstekniken och har nästan alltid bara positiva kommentarer. Till exempel den om förra årets O-ringen, när hon stämp-

lade fel på första etappen: "Mitt bästa lopp förra O-ringen var första etappen, då flöt verkligen orienteringen. Sen råkade jag stämpla fel, men det är ju sånt som händer!"

#### Tog det svåraste steget

**David** och **Oscar** har tagit steget från H12 till H14 på ett otroligt bra sätt. Detta steg är nog det svåraste vi har inom orienteringen och båda har klarat det utmärkt. Sen måste man få missa ibland - det är ju faktiskt bommarna som utvecklar en. **Agnes** är säker som en klocka och jag tror hon alltid njuter av orienteringsmomentet, vilket är en utveckling och mognad i sig. Sedan har hon haft det tufft med sin glutenallergi och magont – men hon ler lika mycket i alla fall! **Ebba** har vi inte fått se så mycket av under hösten, men är man med i NOM i fäktning så måste man ju förbereda sig väl. Grattis till fäktningss framgångarna!

#### Två nya i gruppen

Slutligen har vi under hösten fått två nya i gruppen, **Andreas** och **Niklas**. Jag är imponerad av deras envishet och önskan att lära mer. Ibland har banorna varit i svåraste laget, men de har kämpat på och utvecklats mycket! Andreas är den lugna och systematiska, Niklas den snabbe, som vi ledare inte hänger med, men som vi hinner ikapp när det går lite väl fort.

Niklas gjorde en heroisk insats på Daladubbeln, när han tillsammans med David sprang 7,9 km och kom i mål helt slut. Det är inte lätt att springa med någon som hållit på i många år. Jag och Emma är glada för tillskottet och ser redan deras framsteg! Utöver dessa 14 ungdomar har vi tre, som tagit vilopaus under hösten, men som vi alla hoppas få se i vår igen!

Det allra roligaste är vilket fantastiskt gäng vi får umgås med! De är alla måna om varandra, stöttar och hjälper när

na någon mår dåligt eller är besviken över ett lopp. De hänger ihop i alla lägen!

#### Patrik har blivit hästbiten!

Till sist vill jag säga ett litet tack till "han jag bor ihop med" (eller vad det nu är, som Ihreskog skriver). **Patrik** tar hand om tjejnans och mitt andra stora intresse, när vi är på orienteringsturné i landet. Det gör han - fast han är allergisk, nyser och det kliar i ögonen. Han bär vatten, slänger in hö och har tidigare även försökt rykta de fyra hästar vi har. Nu har han gett upp ryktandet, sedan en av hästarna hellre ville vara i fred vid matdags än att han var där och störde. Det resulterade i ett bett på Patriks rumpa och ett stort fint blåmärke. Nu är han verkligen blivit hästbiten!

#### Några av årets resultat i korthet:

**Mikaela** blev 9:a på USM långdistans. **Tove** blev 5:a på O-ringen. **Ellinor** och **Tove** var, med sin 14:e plats, bästa rena klubbtag på stafetten på Daladubbeln.

.....  
**Mikaela -**  
**het talangkandidat**  
 Gotlands Allehandas sportredaktion har för vana att i oktober lista öns 25 hetaste talanger (födda senast 1992). På 17:e plats hittar vi **Mikaela Rönnbäck**, född 1994. Motivering: "Kan hon bli den som följer i **Linnea Gustafssons** fotspår? Mikaela har visat att hon vill. Visat potential efter bland annat seger på långdistans-DM".  
**Fotnot:** "Talang är, enligt Nationalencyklopedin, medfödd lätthet att tillägna sig viss färdighet, särskilt på det konstnärliga eller det idrottsliga området".  
 .....

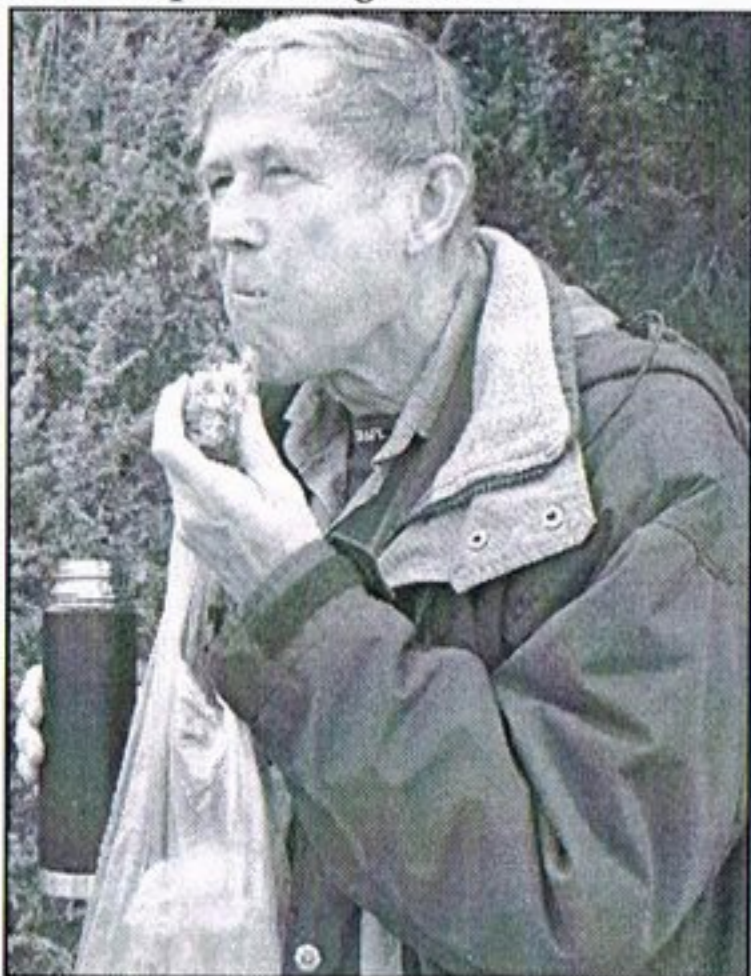
#### Tove får också pris!

**Tove Rönnbäck** kommer att få Gotlands Skogskarlar pris som bästa D14-tjej. Övriga är: D12 Emelie Jakobsson, H 12 David Levin, H 14 Fredrik Levin.



## Natt- och Medel-DM

**Foton och text: Björn Fransson**  
**Stig Lindskog** vann sitt första DM-tecken sedan han var Äldre Junior! Det var i H70-klassen på årets Natt-DM det hände. I den mycket immiga bilen satt en odus Chad **Kaj Wirén**, efter att ha missat första kontrollen med alltför många minuter: "Jag borde ha gått hem direkt och sparat mig till Medel-DM på söndag", sa han. "Förresten var det ingen nattbana. Kontrollerna hade passat bättre på en dagbana".



**Stigs** (bilden ovan) senaste DM-tecken kom när han bodde i Småland och tävlade för Överums OK. Han var 18 år, men någon H18-klass fanns det inte, utan man var helt enkelt Äldre Junior tills man blev senior. Han vann sent på hösten även sin klass i Helg utan Älg. Kanske har han numera lärt sig den gotländska naturens nyckfullhet?

Helgens flesta DM-segrare hittar vi i familjen **Samelius-Rönnbäck**. Natt-DM på damsidan vanns av mamma **Anna**, som just då var överlägsen i kampen om Mästartröjan. I klassen tävlade även

= 12 =  
våra juniortjejer med framgång och **Tove**, 13 år, vann som vanligt sin klass.

I Medel-DM visste vi när vi åkte hem från tävlingen ingenting annat än att Anna inte blivit godkänd, eftersom en stämpling saknades, trots att hon visste att hon varit vid kontrollen och stämplat. I stället tog **Mikaela** hem sitt första DM-tecken i D21, endast 15 år gammal.

Banläggaren **Annelie Andersson** sa, att han skulle kolla stämplingsenheten noga: "Har Anna stämplat så att den fått en markering, så framgår det i lagringen. Det har hänt förr att någon stämplat så fort att det inte registrerats i vederbörandes pinne, utan bara i enheten."

"Det var tur att det var jag som gjorde det!", sa Anna efteråt. "Och DM-guldet hamnade i alla fall i familjen." Tove vann förstås sin klass även denna dag. Hon kommer att bli svårslagen de närmaste åren.



Pappan och maken Patrik (ovan) fick fira sin familjs segrar utan att bidra med någon egen. "Man är för dåligt tränad", sa han efteråt. "Jag får stå för segrartårtan i stället!"

## VOK-stugans år 2010

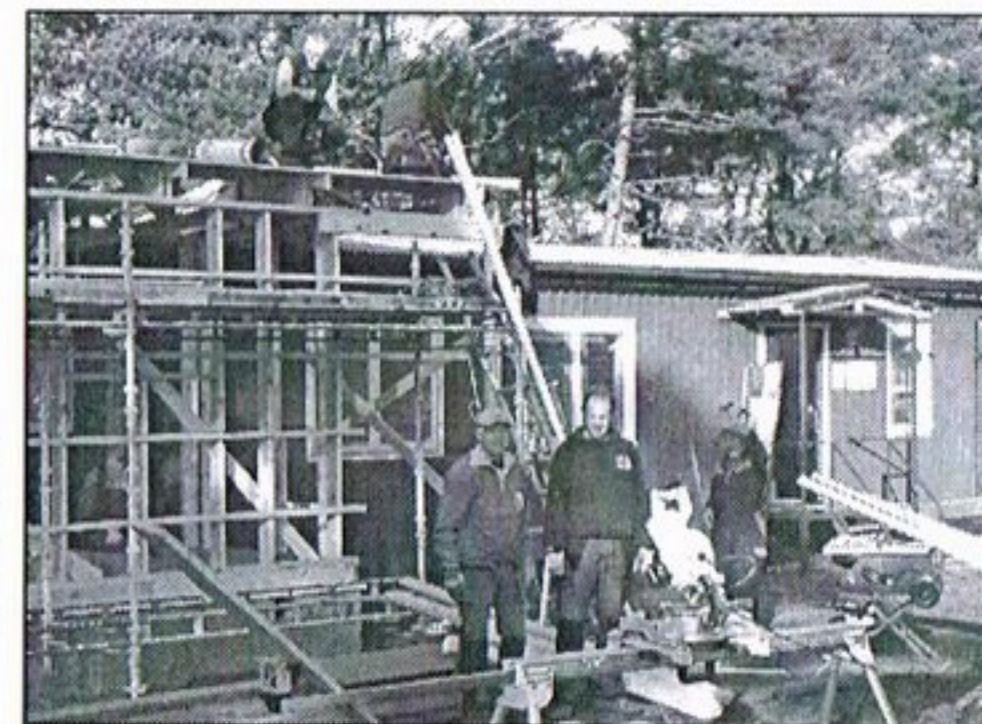
av **Joakim Ahrling**

Vid årsmötet beslutades att 100 000 kr av klubbens finansiella medel skulle användas till upprustning och komplettering av byggnader vid VOK-stugan.

Nuvarande verksamhetsår har fått benämningen "VOK-stugans år". Det gick litet trögt i starten, men efter sommaren har det rullat på med en väldig fart.

- VVS i duschutrymmena har setts över.
- Parkeringen har breddats för att klara av vinterns skidåkare.
- Varmvattenberedaren är bytt till en ny och större.
- Grillplatsen har fått en upprustning med färg och det ska även byggas en ny grill av våra händiga hantverkare i klubben.
- Taket till verandan kommer att bytas ut innan snön kommer.
- Brotrumman har grävts upp och ersatts med nya bättre rör, så att vi kanske kommer lite lindrigare undan vid snösmältningen.
- Miljostationen har fått en upprustning..
- Styrketränningsbanan, som Rolf Malmros ritat ihop, har byggts färdig vid elljusspåret.
- Ett nytt frysskåp har inköpts, så att det ska bli lättare att se vilka godsaker som gömmer sig där.
- Elljusstolpen med minnesskylt har kommit på plats mellan stugan och vallaboden.
- I full gång är ny utbyggnaden av skiduthyrningen, där även skidskolan kommer att få ett förråd för sina saker.

= 13 =



Info och foto: **Sören Thulin**

### Skiduthyrningen idag

Idag (101029) är taket på med plåt, så nu kan det få regna.

Förhoppningsvis är tillbyggnaden klar någon gång i mitten av december. Det blir en efterlängtd utbyggnad av skiduthyrningen, eftersom vi har varit så "trångbodda" tidigare. (Sören)

- Två nya luftvärmepumpar har köpts in. De kommer att sättas upp i stugan och i den nybyggda skiduthyrningen.

Vaktmästarna, Sören och Conny, har med hjälp av många av klubbens medlemmar gjort de flesta av arbetena. Många företag har hjälpt till med att sponsra VOK-stugans år med material och arbetstimmar - se nästa sida!

### Ideellt arbete under vecka 39

Sekreterare **Gunnel Fransson** samlade in uppgifter till en SISU-enkät om bland annat antal ideella timmar för aktivitets- och organisationsledare i VOK under vecka 39.

#### Slutsats av Björn:

Det sammanräknade antalet timmar visar att det förekommer en himla massa ideellt arbete inom Visborgs OK.



## Sponsorer för utbyggnaden av huset med skiduthyrningen

Följande enskilda och firmor har på olika sätt sponsrat Visborgs OK vid utbyggnaden av skiduthyrningen:

- Harry Carlssons Hushållsmaskiner – Värmepumpar
- K-G Ahlqvist – Nytt tak till verandan
- Comfortbutiken – VVS-jobb, varmvattenberedare, handtork
- AB Sture Larssons Måleri – färg, Sven Pettersson med målning
- Gute Snickeri - Arbetstimmar
- Bergmans Bygg - Material och arbete
- Järn AB Södertorg/Snicken - Material
- Betongindustri - Betong
- Åkericentralen - Singel
- Dennis Åkeri - Transport
- Visby Återvinning - Armeringsjärn
- Ingvar Ahlqvist - Murningsarbete
- Visby Cementvaru - Cementring, grill
- Hasses Gräv - Transport
- Tonys Plåt - Plåtdetaljer
- Kjell Pettersson - Arbetstimmar
- Karlströms Golv - Golvmatta
- Eklunds Golv - Läggnings av golvmatta

## Ur VOK-styrelsens protokoll

"Rolf Malmros har gjort ett förslag till en "utestyrketräningsbana" med informativa ritningar på hur de fem stationerna skall se ut. Banan skall ligga i anslutning till elljusspåret.

Rolf fick positiv respons på förslaget och fick i uppdrag att diskutera inköp av material och plan för tillverkning och uppsättning med anläggningskommittén och vaktmästarna.

Styrketräningsbanan är en del i VOK-stugans år.



Och så här blev det! Foto: **Gunnel F**

Stort tack till alla sponsorer och övriga som jobbat med och i projektet! Ni har tillsammans bidragit med material och arbetstimmar för mer än 60 000 kronor! (Anläggningskommittén och VOK-styrelsen)

## HÄLGE



## VOK:s och Svaide:s 10 km-spår

av Björn Fransson

Nisse Hallgren och Ronald Hedblad har, livligt påhejade av skidåkare, som länge tyckt att Svaidespåret är för kort, roat sig med att "handmäta" VOK:s 10 km-spår.

**Resultat:** De flesta kilometermarkeringarna sitter fel, ibland före och ibland efter de korrekta. Den totala spårlängden är därmed i sin nuvarande utsträckning endast 9600 km. Nämnas kan att kilometersträckan mellan 8 km och 9 km endast är 800 meter!

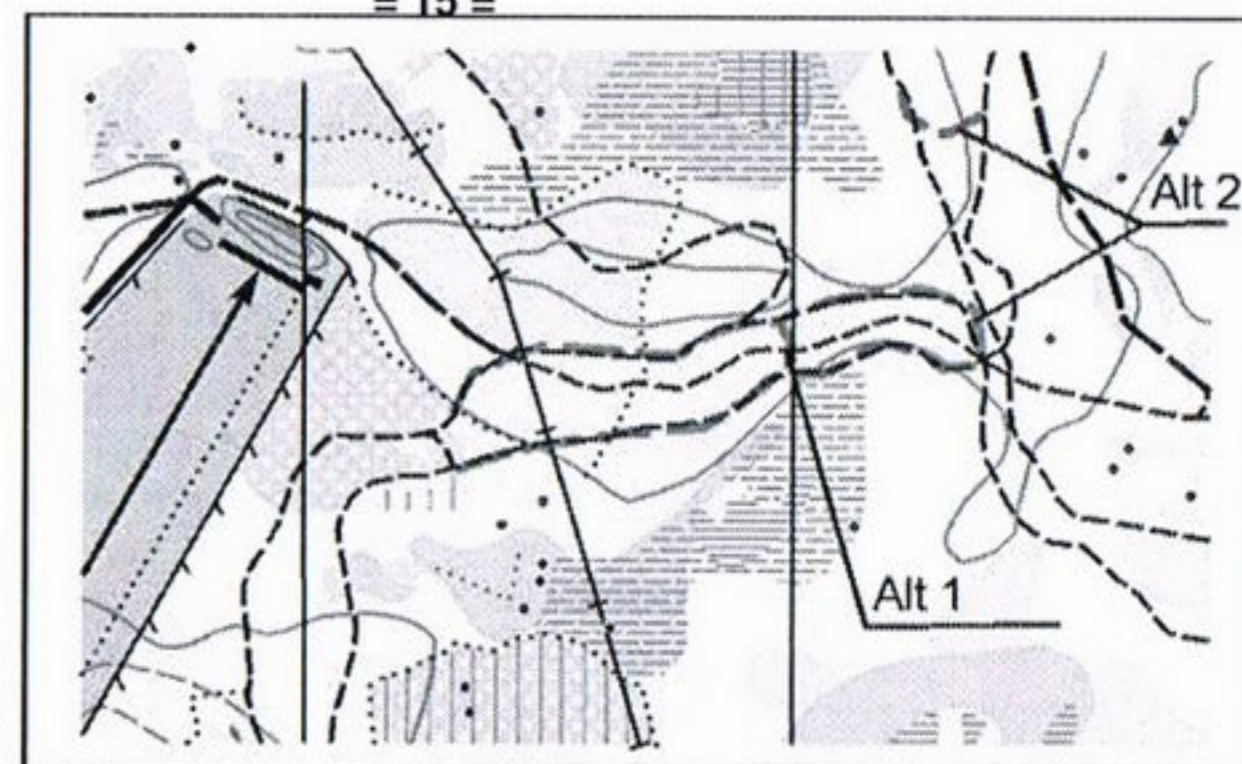
Vad gör då dessa frejdiga herrar, efter att ha konstaterat fakta? Jo, de skriver en motion till styrelsen, innehållande två alternativa förslag:

### Förslag alt 1:

Avfarten till Svaidespåret 4,6 km från VOK-stugan flyttas fram ca 200 m. Detta medför 40 m måste röjas från sly samt att några träd måste tas bort. Några andra spår berörs inte, men km-skytarna måste flyttas till rätt ställe.

### Förslag alt 2:

Avfarten till Svaidespåret 4,6 km från VOK-stugan flyttas fram ca 300 m. Man utnyttjar då befintliga spår. Spåret kan bli 200 m för långt, vilket kan kompenseras om övergången till VOK-spåret vid 7 km flyttas 100 m västerut. Cirka 30 m röjning av enebuskar behövs då utföras.



Det kom ett förslag till VOK-styrelsen

### Vad beslutades i styrelsen?

Jo, följande: "Medlemmarna Nils Hallgren och Ronald Hedblad har tillsammans sett över 10 km spåret mellan Svaide-stugan och VOK-stugan. De har konstaterat att spåret är för kort och att en del markeringar är felplacerade.

De har bett styrelsen att besluta om åtgärd och har två alternativa förslag. Styrelsen tackade för initiativet och beslutade att åtgärda spåret enligt alternativ 2:

Avfarten till Svaidespåret, 4,6 km från VOK-stugan, flyttas fram 300 meter. Man utnyttjar då befintliga spår. Spåret kan bli 200 meter för långt vilket kan kompenseras om övergången till VOK-spåret vid 7 km flyttas 100 meter västerut. Ca 30 meter röjning av enebuskar behöver då utföras.

Styrelsen uppdrog till Nils Hallgren att tillsammans med anläggningskommittén och vaktmästarna få det föreslagna åtgärdat innan skidsäsongen."

Nu återstår för alla intresserade att bevaka att det verkligen blir gjort. Tänk så försmädligt för den som åkte slingan varje dag i vintras. Det blir 80 dagar x 400 meter kortare = 32000 m = 32 km!



# Debutanternas 25-manna

*Svettbladet* har bett några av debutanterna i VOK:s 25-manna lag att skriva om sina upplevelser i denna gigantiska OL-stafett.

## Albert Askengrens lopp

Det här var första gången som jag var med på 25-manna och jag tyckte det var riktigt kul. Det var roligt att springa och det är spänning när det är så många sträckor. Det är även kul när så många i klubben reser tillsammans.

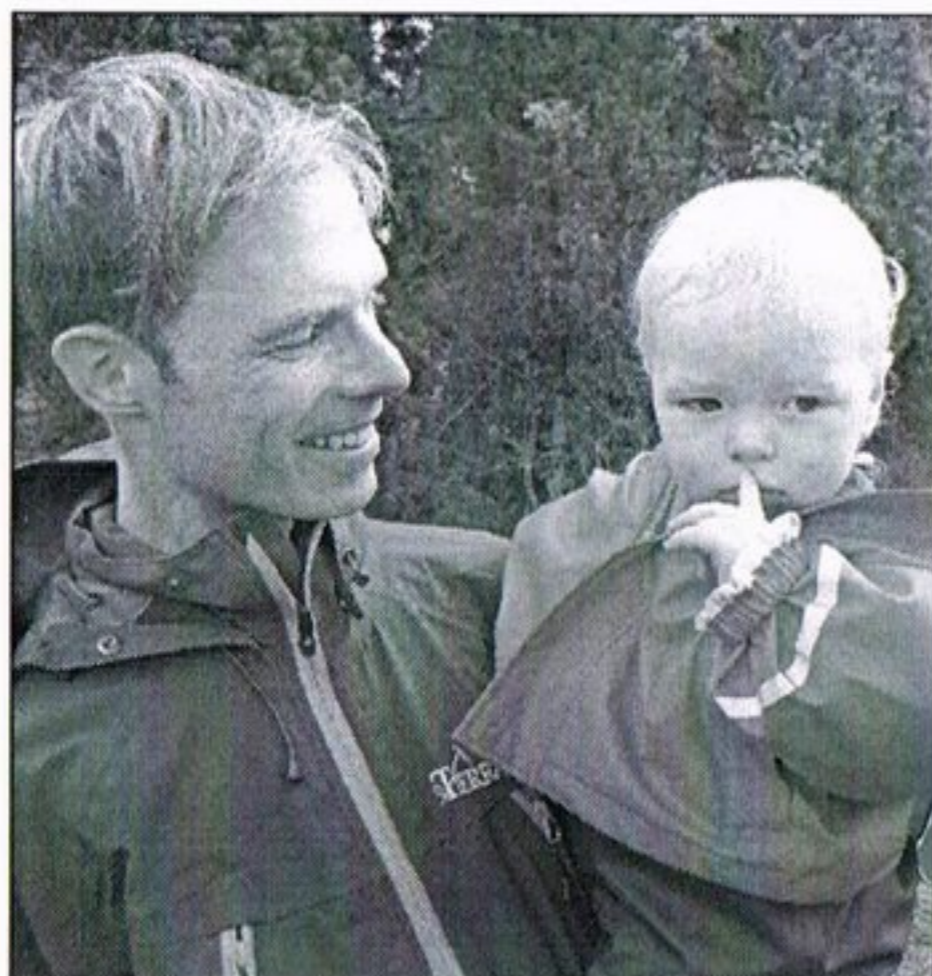
Jag hade tyckt att om alla ungdomarna hade varit lite mer samlade så hade det varit roligare. Jag tror även att om alla hade bott mer samlat hade det varit roligare för alla. Första dagen reste vi bara upp, så det var inte så mycket som hände.

På lördagen var det 25-manna. Det gick bra, förutom kartbytet. Terrängen var rolig, tycker jag och det gick snabbt i skogen. Det var mycket spår, så det var rena motorvägen.

På söndag var det 25-mannakorten. Det gick bra. Jag tycker det är kul med en individuell tävling efter kavlén. Ifall man misslyckas första dagen, kan man gå bättre andra dagen, så man är nöjd ändå. Eller så gör man inte det, vilket inte är så kul.

Efter Korten åkte en del till IKEA i Kungens kurva och andra till Barkaby köpcentrum och tog en tur. Sedan båt hem och för ungdomarna hände det inte för mycket.

Bilden till höger: **Armin** med sonen **Vincent**. Foto: **Björn F**



## = 16 = Armin Scholler - Zwischen Glück und Verzweiflung:

Nu, ett par veckor efter 25-manna-helgen och avslutad orienteringssäsong, stannar 25-manna kvar som min stora OL-upplevelse 2010. En berg- och dalbana känslomässigt, loppet som jag är mest nöjd med, och som ack-å-ack gick så fel. Ni har säkert hört historien om fel karta, annars får ni läsa den här.

Dagen kändes absolut stor från första början och jätterolig! Gud, vad mycket folk som sprang omkring på TC! Härligt väder var det, en god stämning i laget, där det inte bara var jag som försökte hantera nervositeten, och för **Sofia** och mig lyxen att ha många som lekte med **Vincent**. Inte bara mormor var med (och som dessutom sprang för Björkfors Goif) för att passa killen, utan även många andra fina VOK-barnflickor inklusive **Mattias V**, som bytte doftande blöja.

Visst, jag var nervös, hur skulle jag hitta på den här kartan på det här konstiga fastlandet med allt folk som sprang i skogen? Något lättade det, när **Rolf**

kunde meddela att **Andreas**, sedan **Patrik** och därefter damerna, hade gått cirka en kvart bättre än beräknat, en tid som jag i tystnad skrev på mitt konto att kunna göra av med. **Micke** och **Albert** kommenterade läget i laget med tummen-upp/ner-kort och det blev mycket upp.

## Skuttade som en hare

Nu var det alltså dags för mig. Lugnande ord kom från många håll - från **Anna S**, **Jennie**, **Gustav**, och sist från **Sofia**, som kom rusande in i startområdet för att lugna mig. Jag skulle först ut på 6 km-sträckan och jag hoppade från ben till ben i växlingsfällan. Äntligen fick jag kartan över räcket, kollade inte om det var den rätta, eftersom jag hade något viktigare att göra: skutta som en hare mellan alla människor till startpunkten.

Aldrig i livet hade jag tanken att missen skulle ligga just där. I skogen gick det som smör, direkt på alla kontroller förutom en som jag fick kretsa runt, eftersom den där kontrollen, som alla andra sprang till, ju inte var min, trodde jag. Den var min ändå, och dessutom radiokontroll, och då förstod jag vad högsättningstecknet på kontrolldefinitionen betyder egentligen. Det kändes tryggt att följa löpartåget och jag lyckades med att hitta rätt gafflingar.

## Jag hade sprungit med fel karta!

Under loppet tänkte jag på Patriks ord att vissa bara hänger på och har kartan i byxfickan. Kände mig som sådan och det kändes gott. Nya självförtroendet gav mig t.o.m. tid att hjälpa olyckliga andra som hade gått vilse. Nu kom redan slutspurten och det kändes som om den kom mycket tidigare än vanligtvis. Sedan kom olyckan med förtvivlan. Jag hade sprungit med ett annat lags karta.

Ni som lyssnar på P4 Sport då och då, har hört det här "ojojjoj" alltför många gånger. Mycket, mycket mer dramatiskt

= 17 =  
och värre än "ojojjoj", så kändes det när jag kom in i växlingszonen för att hitta och lämna nästa karta. **Rolf** stod där och nämnde ordet "diskvalifikation", och jag förstod ingenting, eftersom mitt lopp ju hade gått just så bra. Det här kunde inte vara sant! Men sanningen är som en kameleont, som ändrar färg beroende från vilket håll man kollar, och då var det bara ett rött kort enligt tävlingsbestämmelserna.

Glädjen för ett för mig bra lopp tog så småningom över. Och dagen i sin helhet var ju fortfarande jätterolig. Snacka med laget, äta feta burgare, busa med Vincent, shoppa i stora tältet och använda långa kön till kassan till att lära sig finska lagnamn tillsammans med **Mattias L**. Angelniemen Ankkuri! Änglarnas Ankare kanske. Jättefint att ni i laget var änglalika och tog missen med ett leende.



Den nyutnämnde vice-ordföranden i Tekniska nämnden - **Matias Lundström**  
Foto: **Mattias Vej Jens**

## Matias Lundströms eldprov!

Jag tog chansen och åkte med som en av deltagarna till tävlingen "25-manna". Det var min första orienteringssupplevelse på fastlandet. Jag ville vara med,



eftersom jag hade hört av flera medlemmar att 25-manna brukar vara en rolig tävling, där vi i VOK brukar göra bra ifrån oss. Dessutom skulle det bli kul att få lära känna fler VOK-are.

### Många myrar utlovades

Resan började på fredag eftermiddag för att vi skulle hinna till tävlingen, som har sin start kl 9.00 på lördagen. Båtresan tillbringades i restaurangtorget över ett kartprov som någon hade skrivit ut; många myrar och "riktiga" kullar utlovades. Vi tog reda på var start och mål var placerade. Det här visste nog inte de andra lagen, så vi hade ett förspång, helt klart, trodde jag. Det båda gott inför morgondagen.

Efter någon timmes bilfärd till Sollentuna samlades vi på hotellrummet, där **Patrik, Mattias** och **Gustaf** bodde, för en ordentlig genomgång av **Anna Samelius**. Vikten av att ta rätt karta och stämpla rätt gicks igenom noggrant. Vi bestämde vilken tid som bilarna skulle avgå från hotellet; jag fick en timmes extra sovmorgon. På slutet frågade Anna: "Vad är det viktigaste att ha i morgon?". Svaret var "att ha roligt!". Och det skulle vi ha, lovade vi varandra.

### Drömde om orangea skärmar

Hotellet var Scandic hotell i Sollentuna där jag sov i en suveränt skön bäddsoffa i samma rum som **Armin, Sofia** och **Vincent Scholler**. Jag drömde om orangea och vita skärmar, som visade sig bland mossor och berg.

Tävlingsdagens morgon började med en underbar frukostbuffé; nu kände jag mig oslagbar. Resan till Löt vid Norrtälje gjordes med hyrd minibuss och vi blev anvisade till bussparkeringen. Det gjorde att vi fick åka genom en soptipp och där luktade det inte mumma direkt.

När vi kom fram slogs jag av att det var en aning mer folk än "hemma" - det fullkomligt kryllade av folk. Det var 9100

= 18 =

personer som skulle springa och sedan lagledare därtill. Vi hade i alla fall riktigt tur med vädret. Hade det regnat skulle marken ha varit en enda lervälning; nu var det bara lera.

### Rolf hade tippat mycket fel

**Rolf**, som coachade laget, hade tippat vilka tider som växlingarna skulle äga rum. Han hade tippat mycket fel, eftersom alla sträckor gick betydligt snabbare än vad Rolf hade trott. Rolf hade satt mig på sträcka 7 med tre andra.

Jag fick gå ut först av oss fyra. Det som jag upplevde som besvärligast under tävlingen var att veta när man skulle få kartan och ge sig iväg. När det väl blev dags, hade min orientering mycket att önska och till slut kom jag sist i mål av oss fyra! Jag fick leta mycket både vid första och tredje kontrollen. Stor besvikelser! Någon minut efter min målgång skanderade speakern att ledarlagen var på ingång till målet. Det kändes skönt att jag inte blev varvad i alla fall!

Alla hade sagt att fastlandet har riktiga höjder och stenar som syns, vilket skulle göra att orienteringen skulle vara tydligare än på Gotland. Detta resonemang kan jag hålla med om, men det är inte lättare för det!

Hur det gick? Jag hade den långsamaste kilometertiden av samtliga i vårt stolta lag! Sannantaget tyckte jag att det var mycket intressant och lärorikt att få vara med på 25-manna och jag kommer att försöka vara med igen, om klubben vill.

**Tröjfesten**, när vi hyllar våra mästare, anordnas i Bara Bygdegård lördagen den 15 januari 2011. Kom med du också! Se annons på VOK:s hemsida och i GT.

= 19 =

## Båda mästaretröjorna gick till VOK

av Björn Fransson

Genom mina goda förbindelser med sekreteraren i VOK har jag fått kännedom om följande mail till styrelsen. Avsändaren heter **Andreas Nikolausson**:

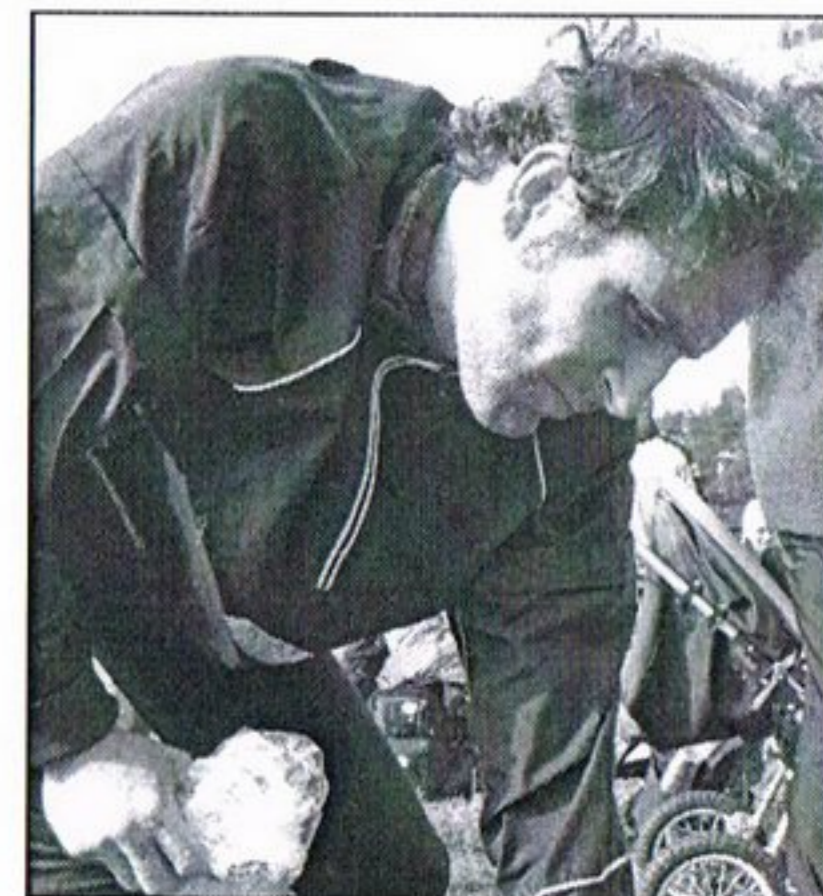
"Ärade styrelsemedlemmar i Visborgs Orienteringsklubb!

Mot bakgrund av att undertecknad, i relativt otränat skick, har satt betydligt yngre tupper på plats vid årets Tiomila, sprint-DM och 3-dagars, har en befängd tanke slagit rot i undertecknads skallbas. Nämligen att börja träna igen. Åtminstone någon gång emellanåt. Allt i syfte att ge smasorkarna en match i tröjstriden.

För att kunna bjuda upp till denna match och utmana löparna i H21, anhåller därför undertecknad om att vid natt- och medeldistans-DM 2010 undantas från den oskrivna regeln att alla aktivt orienterande medlemmar, utom ungdomar och elit, vid egna arrangemang skall fungera som arrangörer. Jag aspirerar således ånyo på epitetet "elit" - vilket må tolkas som ett tecken på kris, antingen en åldersrelaterad sådan för min egen del, eller som en tillståndsrelaterad för den gotländska orienteringen och dess tillväxt. Eller bådadera, med tanke på att ett försök till fartökning i min ålder oftast brukar rendera i enbart en grimas.

Med hopp om bifall, Andreas N.

Styrelsen tvekade inte en sekund. Bifallet kom som ett mail i datorn. Sedan var det Andreas' sak att komma med bevisningen - att han, 15 år efter sin senaste Mästaretröja, fortfarande hade kapacitet att vinna den igen. Kanske



hade han slitit ut den gamla och behövde en ny? Det finns många sätt att motivera sig! 38 år fyllda satte han sålunda "smasorkarna" på plats, vann Sprint- och Lång-DM och kom trea på Medel- och sedan var segern ett faktum. Andreas vann före en annan Andreas, nämligen Liljegren. Skall han komma upp i pappa Ronnys antal får han nog börja plocka tröjor redan nästa säsong...

Bland damerna var det en hård kamp in på Arenaområdet mellan två VOK-are, mamman **Anna Samelius** och dottern **Mikaela Rönnbäck** (15½ år). Om inte "om" hade varit, det vill säga om Mikaela sprungit Sprint-DM, som Anna vann, så hade nog Mikaela tagit hem segern. Hon vann nämligen både Medel- och Lång-DM och kom trea på Natt-DM, vilket gav henne 55 poäng - mot mammas 57!

Hade **Emma Lindgren**, också VOK, och Anna bytt plats i resultatlistan på Lång-DM hade ställningen blivit 55-55! I så fall hade Mikaela tagit hem Mästaretröjan, eftersom reglerna säger att "vid lika ställning vinner den som har bäst placering på Lång-DM"! Vilken spännande sifferexercis! I nästa år tror jag inte Anna kommer att ha en chans - som tur är! Hon är i alla fall 41 år!



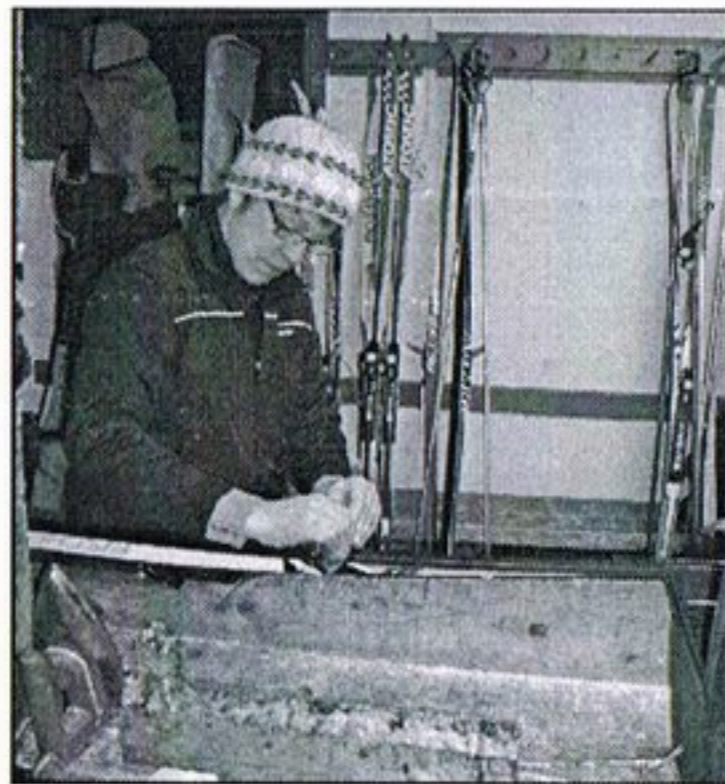
## Presentation av

**Aina Österdahl**, skidtränare i grön och blå grupp samt i nybörjargruppen.

Familjen består av Manfred, Linda, Elena samt två barnbarn.

Idrottskarriären består av många DM-tecken in-om både skidor och OL. Vid sin första skidtävling blev Aina tillfrågad av Mankan, om hon ville vara med på fler tävlingar och på den vägen är det. Tävlade i TV-skidan två gånger. Har åkt ett Öppet Spår, Tjejvasan tre gånger och sprungit O-ringen tio gånger. Har varit skidledare sedan 16 års ålder.

❖ **Motto som skidtränare:** *Alla ska ha roligt. Vem som helst ska få vara med.*



**Fredrik Gustafsson**, skidtränare i grön och blå grupp.

Familjen består av Monica, Albin (med på bilden), Hannes och Viggo.

Fredriks största skidögonblick var när han såg Vladimir Smirnov på ICA Maxi i Sundsvall! Har åkt två Öppet Spår.

❖ **Motto som skidtränare:** *Att finna glädje i rörelsen.*



**Stig Dahl**, skidtränare i alla grupper. (Till höger) Familjen består av Lotta, David och Elin.

Stig har kört några Stafettvasor, är bra på matlagning och är vetgirig. Skidgruppens vallaexpert.

❖ **Motto som skidtränare:** *Var nyfiken, våga prova. Ha kull!*

### Håll dig ung med skidåkning!

"Skidåkning håller gamla gubbar unga. 85-åriga skidåkare har lika bra kondition som 30-40-åringar som inte motionerar, visar en ny studie från Mittuniversitetet.

Männen i den undersökta gruppen var minst 80 år gamla och hade varit fysiskt aktiva i hela sitt liv. När de konditionstestades visade det sig att de pigga åldringarna hade dubbelt så hög syreupptagningsförmåga som jämnåriga, som inte tränar. Analyser av muskelprover från de gamla skidåkarna visade en profil som liknar den man ser hos yngre." (DN) Jag undrar om undersökningens resultat även kan gälla lika gamla (=evigt unga) orienterare? (Björn F)

## Skidledarteamet

**Anders Carlsson**, skidtränare i röd och svart grupp.

Familjen består av Anita, Anna, Jens och Agnes.

Anders' idrottsbakgrund började som cyklist med en 5:e plats på JSM som främsta merit. Har alltid gillat skidåkning och har åkt åtta Vasalopp inklusive Öppet Spår. Bästa tiden är 5.15. Tycker också om att snickra.

❖ **Motto som skidtränare:** *Det är viktigt att aktivera sig utomhus och att få ungdomar att inse att det är roligt med skidåkning.*



**Anita Carlsson**, skidtränare i grön och blå grupp

Familjen består av Anders, Anna, Jens och Agnes. Orienterare sedan barnsben. Anita har både sprungit och varit med och arrangerat många Tiomila. Skidkarriären startade som skidorienterare. Har åkt Tjejvasan en gång och Öppet Spår två gånger. Gillar också att åka utför. Startade som SOL-skole (OL-) ledare och har sedan varit ledare för diverse ungdomsaktiviteter. Har stort tålamod.

❖ **Motto som skidtränare:** *Just Do it! ALLA kan åka skidor.*

**Emilie Vejens**, skidtränare i skidskolan för barn.

Familjen består av Mattias, Emil, Ellinor och hunden Togo.

Emilie har kört Öppet spår på 7.46 och har tagit En Svensk klassiker. Spelade i Sörmlandslaget i fotboll som 16-åring.

❖ **Motto som skidtränare:** *Alla ska bli sedda.*



Texter och bilder: **Anita Carlsson**

### Stugvärderi - hurra!

Från vanligtvis välunderrättat håll meddelas att det även i vinter kommer att hållas öppet i VOK-stugan och i den numera utbyggda skiduthyrningen. Det innebär att alla VOK-are förväntas ställa upp som **STUGVÄRDAR under en vecka**. Det ryktas också om att det under veckodagar kommer att vara öppet kvällstid.



## Presentation av Skidledarteamet

**Anders Birgersson**, skidtränare i grön och blå grupp. Familjen består av Tina, Hjalmar, Hugo och Junia. Anders tog En Svensk klassiker 2004-2005. Har i övrigt väl dolda talanger inom idrotten, men är däremot en duktig sångare och fågeligenkännare.



❖ **Motto som skidtränare: Vi har alltid kull!**

**Per Lindqvist**, skidtränare för nybörjargruppen. Familjen består av Eva, Teresa och Silas. Per tycker om fjällturer på skidor i Härjedalsfjällen samt att åka telemark utför. Har även gått på ski i södra och norra delen av Kungsleden. Har ett antal militära DM-tecken i OL samt i budkavle. Är bra på att läsa kroppsspråk.

❖ **Mitt motto som skidtränare: Jag gör skillnad.**

**Mattias Vejens**, skidtränare i röd och svart grupp. Familjen består av Emilie, Emil, Ellinor och hunden Togo. Började träna skidor för tio år sedan inför sitt första Vasalopp. Nu har det blivit åtta Vasalopp inklusive Öppet Spår. Mattias kan hoppa högt på skidor (se bilden)

❖ **Motto som skidtränare: Det ska vara kul och samtidigt ge bra träning.**

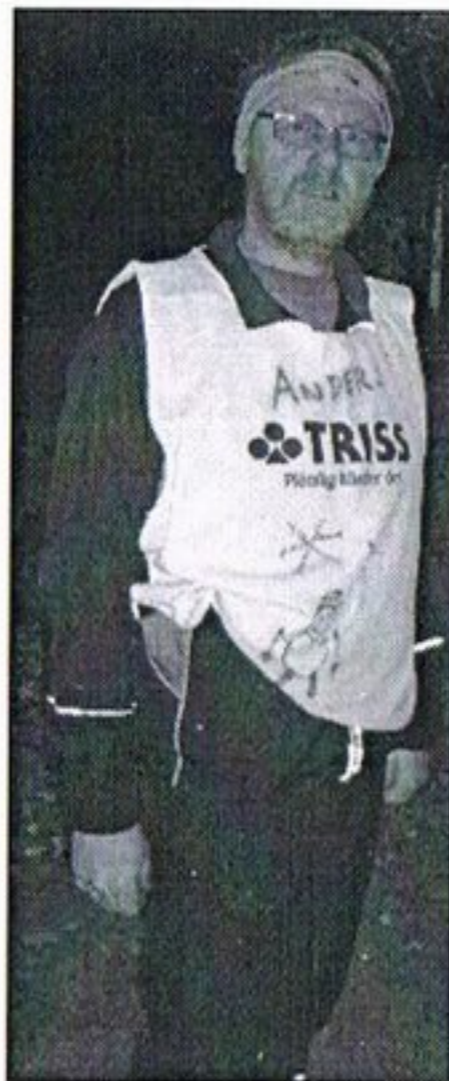


### VOK arrangerar följande skidtävlingar i vinter:

- \* Stafett DM 5 februari
- \* Barnens Vasalopp 20 februari
- \* Tjejmilen 20 februari
- \* VOK spelen 12 mars

Samtliga tävlingar är vid VOK-stugan.

Du som inte tänker delta själv får gärna hjälpa till. Hör av dej till Anita Carlsson i Skidkommittén, tel 31327.



## Skidträningen har börjat

av **Mattias Vejens**

Skidträningen för ungdomar körde igång i november. Vi tränar varje tisdag fram till den 14 dec.

Skidträningen vänder sig till alla åldrar även vuxna. Är du nybörjare bör du först gå skidskolan. Deltagarna delas in i grupper efter åk förmåga (grön-blå-röd-svart). Skidträningen fortsätter efter jul och pågår till den 20 mars. I januari blir det Harsaläger. Vi hoppas att många följer med upp till Dalarna i februari och kör Kortvasan.

Skidskolan för nybörjare startar **söndag den 16 januari** och är varje söndag fram till den 20 februari. Skidskolan vänder sig till alla åldrar från 6 år och uppåt. Vi hoppas även att kunna ta emot vuxna. Indelning kan också här komma att ske i grupper. För deltagande måste du vara medlem i VOK. Träningen och skidskolan är i övrigt gratis för alla åldrar.

För mer information - kolla in hemsidan där hela skid- och tävlingsprogrammet finns. Där kan du också läsa mer om hur du ska vara klädd, vad man skatänka på när det gäller utrustning och mycket annat.



## Snökanonprojektet

av **Mattias Vejens**

Nu är vi nästan klara!

Rören är lagda, elen är dragen, dammen är färdig. Tack till alla medlemmar, som hjälpt till och ett STORT TACK till **Sören och Conny**, som gjort ett jättearbete. Även kommunen har bidragit mycket.

Lite småfix är kvar (fyllning av jord, där rören är lite för höga, justering av spår, kapning av stag, kanske lite kontroll av fall m m) i skrivande stund (7/11). Sedan ska vi provtrycka anläggningen och ha utbildning i konstsnötillverkning.

Det har varit en lång väg med både med- och motgångar. Det hela började vintern 2007/2008 med att en grupp VOK-are och Svaidingar träffades och lunchade ihop - och spanade om konstsnö. De som var med från början var under-tecknad, **Stefan Persson, Fredrik Gustafsson** och **Göran Lindström** från VOK och representanter från Svaide. I olika omgångar under flera år har tanken på en konstsnöanläggning funnits, men nu skulle det bli verklighet. Förutsättningarna var nu större än på många år med Idrottslyftet och en skidintresserad allmänhet och kommun.



Temperaturstatistik och information om olika typer av konstsnöanläggningar inhämtades och en första pm togs fram under våren och presenterades för styrelsen. Vi insåg ganska snabbt att det behövdes mycket pengar för en sådan här satsning och tog därför också kontakt med Leader Gotland. Hela projektet blev därför ett Leaderprojekt i form av ett trepartssamarbete mellan kommunen, Svaide och VOK. I projektgruppen har jag och **Stefan Persson** från VOK ingått, **Niklas Callenmark** från kommunen och nu senast **Greger Westerlund** från Svaide (tidigare har även **Jerker Loré** representerat Svaide).

Huvudparten av projektet finansieras av Leader Gotland, andra stora bidragsgivare är Gotlands kommun och Idrottslyftet. Klubbarna och Gotlands skidförbund har också gått in med en kontantinsats. Klubbarna har också ställt upp med arbetstid (inte minst Sören och Conny). Nu senast har vi även fått snösponsoring från Vattenfall, vilket gör att en tredje snökanon har kunnat köpas in. Hela projektet omsätter ca 3,5 mkr.

Anläggningen består av tre delar; damm som förser anläggningen med vatten, fasta rör och elkablar ut i spåret som för ut vatten och el till den tredje delen - mobila fläktsnökanoner, som gör snön ute i spåret. Vi kommer således inte att transportera snö, utan den läggs direkt på plats. Vi har nu en anläggning som täcker halva elljusspåret. Anläggningen är förberedd för utbyggnad för resten av elljusspåret.

Är du intresserad att hjälpa till med snöläggningen i vinter - anmäl dig till [mattias.vejlens@telia.com](mailto:mattias.vejlens@telia.com) OBS att snöläggning kommer att ske efter temperatur (vid minusgrader), inte efter klockan (alla ser vi väl fram emot att stå och göra snö mitt i natten!).

Vi hoppas nu på en kall vinter (under -2 grader). Det är inte helt fel om det kommer natursnö också!

= 24 =

## 3-dagars 2011

av Per Lindqvist

3-dagars 2011 ska genomföras i Hellviområdet den 12-14 juli. Tävligen, som arrangeras av Visborgs OK, finns nu utlagd i Eventor.

Markägarkontakterna är klara, arena/TC och parkering är bra, anslutning till elström bör fungera bra, men med tillgången på vatten är det värre. Banläggarna har tittat på terrängen, utgång och ingång till mål.

I genomsnitt har vi haft ca 1000 startande de senaste åren, men med hänsyn till att SM- Natt och Sprint går 15-17 april 2011 ska vi kanske planera mot ca 800 deltagare? 2-dagars går 9-10 juli med Svaide-Roma SOK som arrangörer.

Nu ska planeringen fortsätta med att utse huvudansvariga och bemanna organisationen. Jag hoppas att alla VOK:are, nya som gamla, ställer upp och hjälper till när frågan kommer! **Nisse Hallgren** har lovat att hjälpa mig som biträdande tävlingsledare. **Björn Fransson** ställer upp med information och mediakontakter.

**Hasse Mellqvist** och **Johan Öberg** har tagit ansvaret som banläggare för Etapp 1, som går i södra delen, **Leif och Annie Andersson** för Etapp 2 i norra delen och **Rolf Malmros** för Etapp 3. **Olle Gardell** ställer upp som bankontrollant.

Efter hand kommer information att läggas ut på Visborgs OK:s hemsida:

[www.visborgok.se](http://www.visborgok.se)

### Tävlingsledare:

Per Lindqvist, [lindqvist10@telia.com](mailto:lindqvist10@telia.com)  
tel 0498-248468, 070-2010488

### Information och Mediekontakt:

Björn Fransson, 0498-264568, 070-3649343, [bjorn.fransson@telia.com](mailto:bjorn.fransson@telia.com)

= 25 =

## WOK-cupsåret 2010

av Nils Hallgren

"Kvantitet bättre än Kvalitet?"

"Andras olycka är min lycka", skulle man också kunna säga.

Att jag ännu en gång skulle få njuta av WOK-cupspokalen var synnerligen oväntat. Men när konkurrenterna på grund av skador mm inte kan ställa upp så fick jag chansen. Dessutom innebär min höga ålder att jag får en bättre åldersmultiplikator.

Antalet kvalificeringstävlingar blev det här året endast 9 st genom att medeltidsdubbeln blev inställd. WOK-cupparna har under året startat i 65 tävlingar (förra året gjordes 74 starter).

### Comfortcupen

Även i år hade vi anordnat WOK-cupsnatta med priset Comfortcupen. 3 deltagare ingick, hemma vid Bosse, på Gråbo, samt final på Comfortbutiken. Deltagarantalet var dock ganska begränsat. Vi skulle gärna se att några yngre WOK-cuppare också deltog.

Den gyllene duschslangen erövrades även detta år av **Bosse M**, vilken påvisar nödvändigheten av ett handicapsystem även på denna tävling.

### VOK-Cupsvandring i Grötlingbo

Årets VOK-cupsvandring gick av stapeln söndagen den 30 maj i kulturens högborg Grötlingbo. Vädret var bra, mest sol och ljumma vindar. Vi var 14 st som startade vid Sles, den plats där Amiral Bodisco landsteg för 202 år sedan. Vi såg dock inte några lämningar efter detta oblodiga krig.

Vår plan var att vandra runt Grötlingboudd med mål vid **fam Uddins** sommarstuga längst in i Gansviken. Första kaf-

fepausen gjordes vid Fluntinge fiskeläge där vi träffade en del sockenbor.

Under den fortsatta vandringen passerade vi Vigebod, en parbod som ägts av övertecknads förfäder. Södersidan av udden är ganska sank men vi förhöll oss ändå ganska torra.



Lunchen intogs vid en plats som på kartan kallas Själång. Den yttre spetsen av Grötlingboudd är fågelskyddsområde så vi fick gena över till norra sidan vid Norrkviegårdarna. Den här delen av udden är beväxt med tallskog och enebuskar. Hagarna betes mestadels och djuren håller slyet borta till fromma för besökare. Här finns bra badplatser och många sommarstugor. Vi passerade bland annat **Linda Österdahls**, stuga som förevisades av **Aina** och **Maffe**.

Så småningom kom vi fram till **Ingela** och **Svisses** sommarstuga, där grillen var varm och goda karrékotlatter serverades.

### Gåsfest

Årets Gåsfest genomfördes den 12 november, för tionde året i GEAB:s lokaler på Terra Nova. Det var 22 VOK-gubbar som deltog. Festen inleddes traditionsenligt med lättare orientering med tipsfrågor. Endast 8 st deltog på grund av det dåliga vädret med regn och blåst. De som deltog fick träffa på **Bys-Bosse**, som serverade nån typ av häxbryggd.



Gubbarna fick sedan plaska och umgås i den varma, sköna bas-sängen in-nan det var dags att sätta sig till bords. Svartsoppan var utsökt och även gås med till-behör smakade gott. Under mid-dagen delade **ÖB Hasse Matthing** ut lackerade och signerade spikar till dem som inte erhållit sådana tidigare. Vidare delades WOK-cupspokalen till överteck-nad **Nils Hallgren**.

Även priset i tipspromenaden er-övrades efter lottning av över-tecknad. Middagen avslutades med äppelkakor som bakats av fruarna **Uddin** och **Hallgren**.

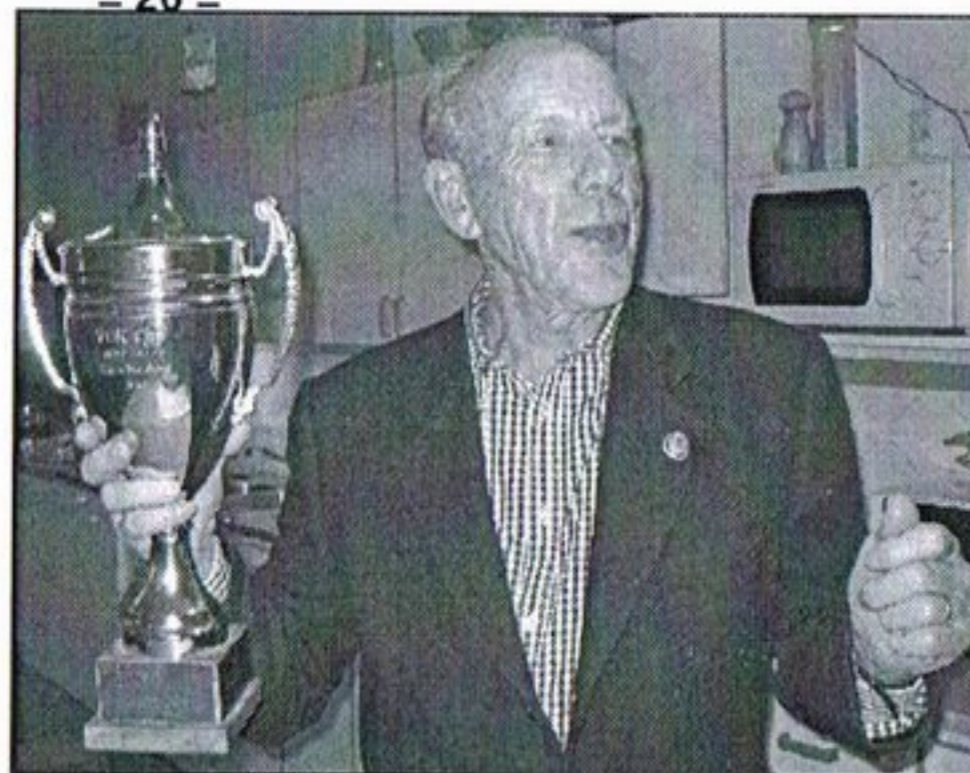
Festen fortsatte med mingel och kaffe-drickande fram mot midnatt. Delta-garna var mycket nöjda med arrang-emanget. Vi såg dock gärna att fler yngre gubbar deltog i festen. Detta var förmod-ligen sista gången vi kunde ha festen i dessa lokaler, emedan GEAB flyttar till annan plats och fastigheten skall säl-jas.

## WOK-Cup 2010

Nils Hallgren	61
Bo Magnusson	59
Leif Andersson	55
Svisse Uddin	55
Stig Dahl	49
Mattias Vejlens	48
Stefan Hellström	45
Gunnar Hallström	42
Joakim Ahrling	35
Svante Ekvall	25
Roland Johansson	23
Robert Gustavsson	19
Hasse Matthing	18
Göthe Dahlberg	12
Janne Rondahl	6
Bengt Gardelin	4
Sven Persson	0
Torbjörn Spång	0
Mats Dahlström	0
Hans Mellquist	0

**VOK är sunt -  
året runt!**

= 26 =



Så här glad blir man när man vinner WOK-Cupen - igen! Foto: **Björn F.**

## Tack till alla

... som ledde eftersläckningsarbetet vid Gåsfesten efter en het orienterings-säsong. Visst är det härligt att umgås under kamratliga former med regn-nattlig tipsrunda, bastu- och simbad, vänligt starkvatten och en massa blod och kött därtill. Äppelpajerna inte att förglömma. WOK-CUPpen, när den är som bäst - ingen protest! (Björn)

### Ur "Allnakku" -

#### Gutamålsgillet's almanacka:

**"Kroksnodns dag" lördagen den 4/9:**  
Tänk vad livet skulle bli tråkigt om man alltid tog den närmaste och rakaste vä-gen till sitt mål. Vem vet vad som döljer sig vid den lilla omvägen, "kroksnodn"? Det kan vara vackra vyer, fina männis-kor eller årets fynd."

*När bytte du senast ut segerchansen mot en vacker vy, en fin människa eller årets fynd av Stolt Fjällskivling?*

#### "Laupardagen" söndagen den 5/9:

Sensommaren är en skön tid för lång-promenader. "Laupe" betyder oftast gå till fots, och i andra sammanhang, när man på svenska säger gå, heter det "ga" på gutamål. Löpa, springa på svenska heter "ränne". *Så frågan är vad vi orien-terare sysslar med på helgerna? Laupar, gar ellar rännar vör?*

## Hemsidenytt

av **Björn Fransson**

*Nu kan du komma åt styrelsens protokoll från vår hemsida. Det är inte helt lätt, men med ned-anstående "Steg-för-steg"-lektion kommer du att lyckas!*

OBS! Det är bara medlemmar som til-låts se dem och därför måste du logga in först. Så här gör du:

1. Går du in från [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se) blir det bara en skylt med "Åt-komst nekad" på. Inte så kull!
2. Gå därför in här i stället: <http://www5.idrottonline.se/default.aspx?id=302031>. När du har skrivit in detta, bör du spara det bland "Mina favoriter", så du slipper skriva in det nästa gång.
3. Logga in som medlem. Det gör du i rutan uppe till höger. Skriv an-tingen in ditt personnummer + lö-senord eller ditt användarnamn + lösenord, som du får hos **Ing-Marie Bergman**, som adminis-trerar medlemsregistret.
4. Klicka på "Föreningen" i raden all-deles under VOK:s logotype.
5. Klicka på "Styrelsen". Då kommer det upp en ny rad med "Styrel-sen", "Nästa möte", "Gästbok" och "Arkiv".
6. Klicka på "Styrelsen" igen. Överst finns alla vid årsmötet valda för-troendevalda. Nedanför till vän-ster hittar du årets alla protokoll, till höger finns bevakningslista och planering. Nedanför dessa kommer du sedan också åt alla kommittéernas senaste verksam-hetsberättelser och verksamhets-planer för 2010.
7. Klicka på "Arkiv" i menyraden el-ler gå tillbaka ett steg till "Styrel-sen", om du vill du läsa gamla protokoll och liknande.
8. Jag försökte förgäves hitta våra "Stadgar" på hemsidan, men an-tingen finns de inte utlagda eller också är de väl gömda.

= 27 =

Vill du komma in medlemsregistret, läsa om dig själv, skriva in någonting om dig själv eller bara kolla vilka VOK-kompi-sar du har, gör du så här:

1. Logga in på samma sätt som ovan.
2. Högst upp ser du nu en rad med de olika saker som du är behörig att använda dig av. "Hemsida" är självklar och det är den som lig-ger framme.
3. Klicka sedan på "Medlemsregis-ter" och du får upp en sida, där du kan söka en mängd uppgifter om dig och dina vänner.
4. Vill du se hela medlemsförteck-ningen, klickar du till höger på "Exportera alla medlemmar till Excel" och klickar sedan "ja".
5. Gå tillbaka och gå in på "Min si-da". Där kan du skriva in de upp-gifter om dig själv som saknas. Du kan till och med lägga in en bild på dig själv. Under fliken "Roller" kan du läsa vilka befo-genheter du har. Du kan till och med ändra ditt lösenord här - till något som är lättare att komma ihåg!

Som sagt - det finns massor att finna på och från VOK:s hemsida. Gå till ex-empel in på menyraden och klicka på "Länkar". Här finns länkar till de andra gotländska klubbarna och diverse an-dra.

### Kuriosa:

\*\*\* På vår hemsida kan du till och med hitta "Väder och vind" med kontinuer-liga uppdateringar.

\*\*\* Eller varför inte kika på "Blogglän-ka", där det just nu bara finns tre: **Si-mon Kappels** blogg, **"OL-Gangzters"**, som är Gotlands OL-juniorers blogg med berättelser från olika tävlingar och läger  
\*\*\* "Mama"-länken? Jo, den går till **Mi-kael Persbrandts** sambo! Hur hon har hamnat på Visborgs OK:s hemsida är ett mysterium, men det vet nog webre-daktören **Johan** mera om? Problem? Skriv till honom på:

[theodor.oberg@hotmail.com](mailto:theodor.oberg@hotmail.com)



# Hur gick det egentligen till på GGN?

av Per Lindqvist, vice ordförande och som känner visst ansvar för att det gick som det gick på GGN

*Parkerar Volvon, jag och hunden närmar oss tältslagningsplatsen och klockan är strax efter nio torsdagen före GGN. Vädret verkar lovande, ingen storm på gång.*

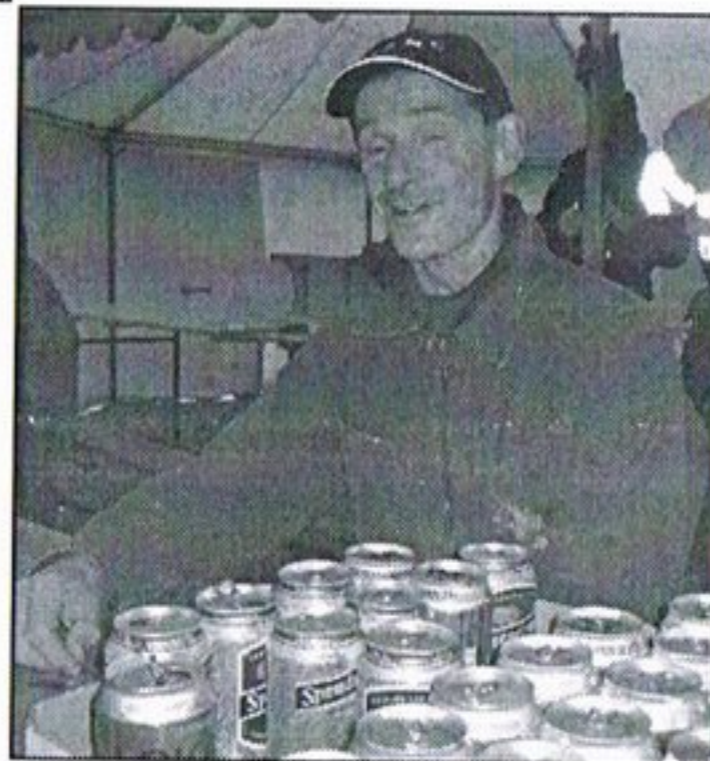
Hejar på några ur **Nisses** vanliga gäng, det lyfts på lite stolpar och plockas lite med lådorna. **Sören** kör omkring med en inlånad traktor och verkar ha full koll på sitt. Det verkar vara lite färre grejor på plats, saknas inte några av de stora tälten? Är inte Halldingsgubben på plats, visst hade vi kommit överens om det? Finns det någon som leder tältresningen? Inte i år heller!?

## Var är de övriga tälten?

Men för tusan! Vi har gjort det här förut och det första tältet kommer på plats, närmast Kanten. "Var är de övriga tälten", undrar femtontalet gubbar? Christoffer Polenhemgymnasiet, som ska komma med dem, ser vi inte till. Just när sysslolösheten börjar bli besvärande, kommer **Rolf** med lunchen som en räddning. Smakar bra. Undrar hur Rolf lyckas med att laga gott käk varje år?

När vi ätit kommer lastbilarna och **Halldingsgubben**. Full fart på lossning och instruktion om hur man egentligen reser tälten. Ett står där redan, men två till ska få plats på den kvarvarande ytan, som inte riktigt vill räcka till. Bysvagnen står för nära! Sören knuffar undan vagnen med traktorn, men det räcker inte. Dragbygeln måste bort. Domkraft fram, ramen på vagnen böjs, det pallas un-

= 28 =



der, bygeln ska dras loss, många starka män arbetar, några färre instruerar och vi lyckas trots detta få loss bygeln.

Hoppas nu att utrymmet räcker för tältet! Vi monterar, lyfter och skruvar, full fart på alla. Tältet kommer på plats, men hur ska tältöppningarna vara? Det skulle vi ha tänkt på från början! Flyttar runt lite på tältdukarna, in med bord och bänkar, Nisse hänger upp lamporna och allt löser sig, hoppas att **Bosse** blir nöjd på lördagen.

## En ovanligt nedstämd Robban

På fredagen möts jag av en ovanligt nedstämd **Robban**. "Kom och lukta i Bysvagnen", säger han. "Det luktar så mycket mögel att våra VOK-are nog inte vill arbeta där! Tak och väggar är möjliga". Strategisk planering med ordförande **Kaj**, hur hanterar vi situationen?

Endurot avlöper som planerat, samma segrare som tidigare år, skitiga åkare som gillar vår pytt-i-panna. Fem portioner pytt blir över efter att nästan 2300 åkare har kört! Bra försäljning både fredag och lördag. VOK-arna ställer upp i kiosker, hamburgerior och mattält med glatt humör. **Hasse** har fått en egen trappa, som han verkar nöjd med. Bysvagnen är ommålad! Fältköket ute vid Hästskon uppmärksammas inte av åskådarna så mycket som vi hoppats på, men vi VOK-are, som kommer dit, blir

väl trakterade av **Bosse Bergman**, han har inte bara soppa!

## Avveckling och nedmontering

Avvecklingen på lördagskvällen går bra i mörkret. Nu väntar bara söndagens nedmontering av tältet. Parkerar Volvon, jag och hunden närmar oss tältslagningsplatsen, klockan är strax efter nio. Det är söndag efter GGN. Hunden springer direkt till Kanten bakom hamburgerian och stannar där. Vagnar dras bort av **Sören**, vi monterar ner tältet i bra tempo. Viker tältdukar och efter några försök får vi ner flera stycken av dem i sina lådor.

Vi ska börja lasta VOK-vagnen men den behöver flyttas först. Var är Sören med traktorn? Traktorn har stannat, när Sören kört iväg med en vagn på Mellanväg, rapporterar **Conny**, motorn har lagt av! Femtontalet gubbar undrar vad man ska göra, känns frågan igen? Just när sysslolösheten igen börjar bli besvärande, kommer Hasse med fikaten som en räddning. När vi fikaten klart lastar vi på kärran, Sören kommer med traktorn, som fått vatten i dieseln.

## Är vi inte fler kvar som lossar?

Vi kommer ut till VOK-stugan. Är vi inte fler kvar som lossar, bär och diskar? Allt löser sig, utom vatten i diesel förstås... och det blir kväll efter GGN i år också. Hunden, som uppehållit sig vid Kanten på morgonen, hade hittat minst ett tiotal gamla hamburgare som han glufsats i sig. Det fanns inget intresse för mat på kvällen där!

# Insändare: Enduroservering på gott o. ont

av Nils Hallgren

VOK har nu under 24 år ansvarat för matservering och kioskförsäljning vid den

= 29 =

årliga endurotävlingen Gotland Grand National.

Vi har upplevt alla väder, från varmt och soligt till kallt och snö. De flesta problemen har orsakats av hårda vindar så tältet har blåst ner. Hela tiden har detaljer förbättrats.

Klubben har under den tiden sluppit ekonomiska problem, delvis beroende på de inkomster som enduroserveringen har genererat. Ett hundratal medlemmar med vänner har entusiastiskt ställt upp varje år. Många har deltagit under alla 24 åren.

## Allt är inte frid och fröjd!

Allt är dock inte frid och fröjd. Det är nog så att det gått slentrian i organisationen. Nödvändiga bokningar och avcheckningar har gjorts sent. De ledande personerna har kanske inte förstått sin uppgift och när olika aktiviteter bör ske. Ibland kanske inte ens de ledande personerna är utsedda i rimlig tid. Dessutom bör yngre personer besätta nyckelposterna.

Om VOK skall fortsätta med enduroserveringen anser jag att namngivna ledare (chef, inköps- och lager- samt uppbyggnadschef) skall vara klara på våren, till exempel den 1 maj. Sedan skall ett tidsangivet schema upprättas över tältbeställning, matbeställning, tillagningskök m m. I annat fall skall klubben meddela GGN att vi avstår engagemanget.

Vi har många andra arrangemang, som 3-dagars vartannat år, många DM-tävlingar i orientering och längdåkning. Dessutom vet vi väl inte vad konstsnöprojektet för med sig.

Vi kanske skall koncentrera oss på basverksamheterna - orientering och skidor. Förhoppningsvis får vi in tillräckligt med pengar på dessa arrangemang.



# Enduro i ketchuprött

av Björn Fransson

Det är tur att det inte fanns någon som filmade den halvtimmiges scen som utspelas utanför Barskiosken, i år förvandlad till ett vackert och rymligt tält, vid årets Enduro. Eller också fanns det där en dold kamera, vars resultat ni så småningom får skåda på YouTube. Den filmen vill jag nog inte se...

Det var ganska rörigt och svårhanterligt i det nya tältet, när Gunnel och jag tidigt om morgonen skulle försöka få ordning på våra gamla grejor i nyare skepnad, som föranledde andra rutiner för oss. När vi packade upp den livligt prisade "korvkokaren", visade det sig att den inte hade någon innergryta, där vi skulle värma korven. Inte heller hittade vi någon anslutningssladd till den likaså nya kaffebryggaren. KRIS! Det är ju kaffe och varm korv med bröd som alla de först anlända efterfrågar.

## Depå-Hasse - En handlingens man

Vi fick, efter vissa kommunikationsproblem, tag på **Hasse Mellquist** i Depån, som krasst meddelade att han inte hade någon korvlåda i överskott. Men handlingens man i Depån fann snabbt på ett alternativ. Det dröjde inte lång tid innan den flinke mannen från Gotlands Terränggång stod och gaseldade under en mastodontisk korvmoj, där vi prisade vår lycka över att vi nu hade ett stort tält till förfogande. Den hade nog tagit upp halva den Gröna vagnen, som jag för övrigt hoppas få slippa se igen...

Medan Gunnel pratade med Hasse, letade jag vidare inuti kaffebryggaren och hittade plötsligt inne i filterhållaren den listigt gömda anslutningssladden och kunde påbörja bryggandet. Nu börjar det ordna sig! Snart kom våra icke-VOK-are-vänner på plats och även publiken.



Det var dags att sälja den första korven, som nu blivit varm och mumsig. Nu är det så, att VOK säljer sina korvar med tillbehör och med sådana menas inte bara bröd, utan också senap och ketchup.

## Bomberna funkade inte!

Det var nu det började, det, som ingen kameralins borde ha memorerat. Larret gick: "Det går inte att få ut någon senap ur "bomben"!" Snart kom samma utrop från ketchupbombens horisont: "Den funkade inte heller!" Jag for ut med saxen i högsta hugg, i akt och mening att dels göra större lufthål uppe på bomberna och dels klippa av litet mer av själva pipen på bomben. Folk med nävar, som hade handmjölkat förr, gjorde vad de kunde, men så många droppar kom det inte ur dessa spenar.

Snart visade det sig att vi hade en "spene" i reserv och med dess hjälp fick vi snart igång senapsproduktionen. Värre var det med ketchupen! I ett stressat läge lyckades jag till och med få bort hela anordningen, utan att jag hade lutat själva bomben, och nu flödade för-

stås ketchupen ut över det rangliga bordet och dess omgivande mark. Tänk vad mycket ketchup det hinner rinna ut på ett enda litet ögonblick!

Rödfärgad i både det yttre och det inre gav jag mig i kast med att hjälpa den hungrande befolkningen på Tofta skjutfält. Jag lyckades få till en sorts egen instruktion om hur det skulle gå till. Det är bara att konstatera att det inte funkade alls. Antingen kom det ingenting alls eller också väldigt mycket.

## Nya spenar!

Under tiden hade Gunnel fått tag i Hasse igen och beställt två nya spenar. Sedan kom hon ut med en mugg och samlade upp överflödet för senare behov, då kunderna fick smeta sin ketchup på korven med en träsked. När de nya spenarna kom, och montering skett, fungerade allting till vår och kundernas förnöjsamhet. Hela tiden funderade jag på vad som gått snett.

Så småningom kom Hasse ut på fältbesök och snart hade han visat mig vad som var fel - och som tur är, var det någonting jag själv inte kunde rå för. När någon diskade ur spenarna i fjor hade denne någon vänt de kulor, som reglerar ketchupflödet, upp och ner, vilket gjorde att de fungerade "tvärtom". När de skulle stänga, flödade det på och när de skulle ge ut, blev det stopp. Här hjälpte inga färdigheter i mjölkning... Sedan sålde vi massor av korv med tillbehör - närmare bestämt mer än 20 burkar!

När vi packade ihop tältet på söndagen hade **Sören** placerat den Gröna vagnen 50 meter från tältet. Jag såg hur den stod där och glodde avundsjukt mot tältet, sågandes för sig själv: "Vänta ni tills nästa år. Då kommer jag att stå på mitt gamla Barsställe igen!"

Jag säger bara: "Bevare oss! Frågan är om Familjen Fransson orkar med en sådan utmaning igen?"

# Hur hittar de?

Sitter i solstolen och tittar mot skyn. Tornseglarna kör runt, runt med vidöppet gap och trålar in luftplankton, småkryp som lyfts av varma uppvindar. Det var samma sak förra sommaren, samma rundor, samma fåglar och samma boplatser under plåttaket i höguset intill.

För ett halvår sedan segelflög de över Afrika eller Madagaskar. Hur hittar de tillbaka till samma boplatser? Vi går till NON:s Pippiskola. Tänk dig en orienterare. Han har kompass och karta. Kompass för att orientera sig om riktningen till målet. Karta för att navigera rätt vid målet.

Så gör även fåglarna. De har flera metoder att orientera sig över långa avstånd. Magnetkompass i huvudet eller att lita på solen, stjärnorna, månen visar vägen. Framme vid boplatserna navigerar de efter minnesbilder och kartbilder. Högt uppifrån är möjligheterna att känna igen landskapet ovanligt goda. Och kanske är det så, att väl på plats så råkar de hitta den boplatser som var deras även tidigare år, helt enkelt för att just den typen av boplatser alltid är den bästa, oavsett ort.

Forskningen har använt massor med tid, pengar, flyttfåglar och brevdvor för att lösa denna gåta, men vågar fortfarande inte ge tydliga svar på gåtan.

Så gott som alla fåglar är mer eller mindre hemortstroga. Gamla fåglar har god inlärd navigeringsförmåga. Ungfåglar flyttar mer på chans efter inbyggd kompass. Kompassen är bevisad. Kristaller av magnetit i huvudet fungerar som magnetkompass och känner av jordens magnetfält. Navigeringsförmågan efter kartbild anses klarlagd med hjälp av experiment med brevdvor.

(Fortsättning på sid 37)



# Gotland - ön som Gud glömde!

av Jürgen Lindmark, OK Hällen

*Ett uttryck som för många år sedan var tämligen ofta använt. Det var på den tiden det fanns fyra regementen på Gotland och alla var väl inte odelat positiva till att vara där, ävenså med tanke på terrängen och utsattheten för vädrets makter, samt de ibland på gränsen till ogudaktighet underliga maträtter, seder, och sporter som man kan finna på ön. Tänker då närmast på Lammskalle och rövkrok.*

Trots att samtliga regementen nu är borta, jag vet inte ens om det finns hemvärn kvar, så har det ändå lämnat tydliga spår och i visst mått kanske mer förenat än distanserat Gotland och Fastlandet. Ur denna militära miljö har ju bland annat orienteringen som idrott sprungit. Sporten förbrödrar, som bekant, och så även denna.

För en tid sedan fick vi i vår klubb ett tillskott från Gotland i form av **Linnea Gustavsson**. Jag vet att Linnea och vår ordförande diskuterade möjligheter till mer nära samarbete klubbarna emellan och Linnea fick i uppdrag att sätta ett ungdomsutbyte.

## Stigtomtaket

Så i våras, lagom till vårt stora engagemang, **Stigtomtaket**, damp det ner ett gäng töser och en och annan sork för ett första gemensamt läger. Fler töser än sorkar faktiskt och man undrar genast om det är så att töserna är modigare. Som de flesta av oss vet är det ganska olika personligheter i en grupp oavsett ursprung. En del är lite tysta och försiktiga och andra mer utåtrik-

= 32 =  
tade och pratar gärna med vem som helst och ibland även i parti och minut.

Jag behöver nog inte berätta vilka som är vilka. Det tror jag nog vi redan vet. Hur som helst så tinade atmosfären upp i takt med svettningarna och på det stora hela blev det väl ett hyggligt läger och vi ledare bestämde redan då att få till en uppföljare på Gotland. Några av ungdomarna har hållit kontakten sen dess med dagens effektiva teknik, som faktiskt till stor del utvecklades för militärt bruk.

Så i augusti fick vi möjlighet att besöka ön för ett gemensamt läger som inleddes med en sprintstafett där det blev en intressant upplöpsduell mellan **Simon och Simon**. Inte bara intressant för att de har samma förnamn utan för att det också skiljer ett par meter i höjd också. En annan intressant sak är att det finns fisk i bäcken som rinner mellan parkeringen och klubbstugan. Såg också ut som man anlägger en ädelfisk eller möjligen kräftdamm strax invid klubbstugan. Känns som ett mycket kreativt sätt att utöka klubbkassan med. Kan vara känsligt dock med kräftskal på skidspåret. Repar nog belaget.

## Samarbetsövning

En samarbetsövning kördes där man fick intervjua varandra och presentera sig själv som sin motpart, innan vi övergick till traditionella gotländska lekar såsom just rövkrok, som numera är en av mina personliga favoriter. Naturligtvis hårt och rättvist kontrollerat av Linnea själv; Jag var själv nära en diskning på grund av för få fötter i backen.

Efter en hyggligt lugn natt och trivsamt frukost (tack alla frukosthjärtar) for vi iväg till själva träningsområdet vid Gar-



destugan. Ett första pass som snabbt fick ner oss fastlänningar på jorden på många sätt. Bland annat med ekvidistans på 2,5m, vilket för oss innebär i princip osynligt och gör ju att småsänkor blir svåra att se. Kärren, som vi säger, kallas vätar och är antingen en lätt gräsbeväxt fotbollsplan eller en mycket grund sjö. Hursomhelst mer lättsprungna än våra kär. En annan intressant sak var de små elaka rabisar som hoppar upp framför fötterna på en och får en att tappa koncentrationen.

## Har varit i Linneas byxor

Lunch, vila och sedan dags för lite lättare stafett-lekar. Ett ledarlag och två ungdomslag. Naturligtvis vann ett ungdomslag men bara på grund av att ledarna inte fuskade. En liten ekivok detalj är att ett delmoment bestod i att iklädd Linneas landslagskläder springa stafetten och det skulle också bytas kläder mellan varje delmoment. Självt fick jag ett par byxor som jag stolt kunde konstatera att jag faktiskt fick på mig. Så nu kan man säga att man varit i Linneas byxor...

Andra passet längs klinten och mer vår typ av terräng, fast mer läckert, med raukar, rejäla branter och en vidunderlig utsikt. Nu börjar vi få ordning på terrängen och känner att vi är med i matchen. Dock en hel del rivsår från vresiga rosbuskar som växer överallt. Bad, Guteglass och en godispåse och kvällen är räddad.

## WOK-gryta till frukost och lunch

Dag två och tävling; Wok-grytan. Fiffigt namn. På gränsen till göteborgskt. Och vilken härlig Arena. Som gammal P18-ing blev man alldeles tårögd av sentimentalitet när man fick läsa de trevliga små meddelanden som lämnats kvar på toaletterna. Ren poesi i vissa fall.

Det kändes nästan som hemmabana för en annan och jodå - det gick väl hygg-

= 33 =



WOK-gryta?

ligt förutom ett krånglande knä första varvet. Andra varvet ännu lättare, åtminstone till kontrollen, som någon elak gömt inne i ett tätt stort snår där det åtminstone på kartan skulle finnas ett dike. Just denna kontroll var det många som spenderade mycket tid på. Skulle nog behövs en mistlur vid den kontrollen för säker kontrolltagning.

Alla barnen kom i mål och det var överlag bra insatser. Lite besvikna blev vi dock över att Linnea fick ge sig i spurten. Vi hade nog räknat med en seger i herrklassen där...

Sedan var det dags för avsked och som alltid lite tråkigt att skiljas men det kommer nog fler tillfällen för samvaro och vi lär ses på en del tävlingar framöver.

Vi blev kvar en stund till i väntan på båten och då passade vi på att åka till ett kalkstensbrott och bada en sista gång. Tur att det inte var tävling dit för reseledaren tog kontrakurs direkt så vi var halvvägs till Roma innan vi vände och kom rätt (ca 10 min norr om VOK-stugan). Det var ju inte så där bra väder, men lagom som vi hoppade i så sken solen upp och vår sista stund på Gotland, i väntan på färjan, spenderade vi i hamnen glassandes i solen med lite mer Guteglass.

För att då knyta ihop säcken lite, så har vi haft fantastiskt trevligt med mycket bra support från er gotlänningar, god mat (och glass) och naturen är onekligen rätt häftig på Gotland. Så om nu Gud glömde ön, så borde han så här i efterhand kanske ha glömt fler ställen.

.....  
**Linnea bloggar för er med Internet!**  
Hennes bloggsida när du via OK Häl-  
lens hemsida: [www.okhällen.se](http://www.okhällen.se)



# USM-läger 2010

av några som var med på resan

## Torsdag 13 maj

Dygnet började med en lång tågresa från Stockholm till Sundsvall. Tågresan kan beskrivas men två ord: Vi sov! Framme i Sundsvall fick vi en minibuss och åkte mot Örnsköldsvik. På minibussen sov jag. I klubbstugan, som vi bodde i, somnade allihop.

På träningen, som gick hyfsat bra, såg jag en varg som enligt mig var tre meter lång. Jag har nu ändrat mig och påstår att den endast var två meter. Men stor var den i alla fall.

Efter träningen satt jag, **Albert**, och **John** i bastun ett tag. Sen spelade vi kort. Efter kortspelandet åt vi pasta och bacon till middag. Sen gjorde alla olika saker. Vi killar spelade kort. Några diskade, några ritade in nästa dags bana på kartan. Några ritade också in morgondagens definition. Till slut gick vi i alla fall och lade oss och allihopa somnade.

(**Simon Kappel**)

## Fredag 14 maj - Rumpkakor o Sprint

Dagen började med att vi vaknade(!?), åt frukost, klädde på oss och allt annat som man gör på morgonen. Sen åkte vi iväg till Vitsjön och dagens första träningspass. Träningen var inriktad på vägval och sista säkra. Terrängen var



Gotlands USM-gäng. Foto: **Anna S**

= 34 =

mycket kuperad men det var fin skog med god löpbarhet. Banan var 6,4 km lång, det gick relativt bra, en miss till 8:an. Sen åkte vi tillbaka till stugan, duschade och åt köttbullar och spagetti till lunch (gott).

Efter lunchen åkte vi ner på stan i ett par timmar och såg oss omkring. Vi blev ögonvittnen till en krock och köpte en glass. Sen åkte vi tillbaka till stugan och bytte om för att ta dagens andra träning - JVM:s Sprinttest. Målet och starten låg mitt på en fotbollsplan, där det lämpligt nog var match, så vi flyttade allt ett par meter därifrån. Banan var 2,7 km lång och tiden blev 24.56. En minut och 56 sekunder från VM 2007, enligt **Anna Samelius**, "Förbundskaptenen"!!!

Sen åkte vi tillbaka till stugan igen och som straff för att Anna inte sprang Sprinten skulle hon springa upp på berget bakom stugan vi bodde i. Det gick bra upp - men inte ner. En klassisk lårkaka, fast i rumpan blev resultatet. När vi kom fram till att en ambulans inte var nödvändig gick vi in, åt tacos och

= 35 =

spelade kort. Sen sov vi.  
(**John Funkquist**)

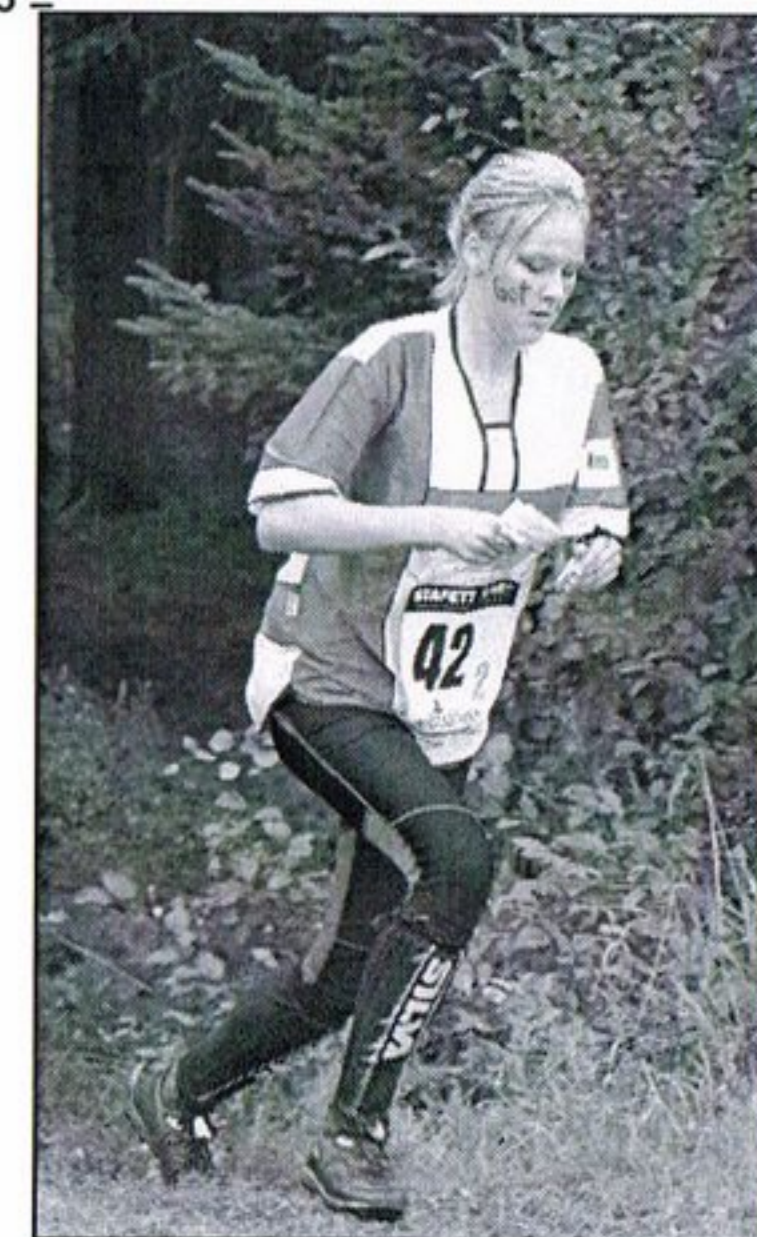
## Lördag 15 maj

Vi började dagen med frukost och packning eftersom vi skulle åka iväg 2,5 mil till Sidensjö. Sidensjö var den flackaste karta, förutom Sprinten, men Sidensjö var ganska kuperad ändå. Det var jättefin skog, som var lite lurig med höjder, men som gick bra ändå. Mikaela tog alla kontroller perfekt, medan resten hade några små bommar. Sedan åt vi lunch i en liten skidstuga. Det var jättevarmt den dagen. Lunchen bestod av pastasallad av eget val.

Efter maten solade **Emma**, **Anna** och **Mikaela** medan jag, **John** och **Simon** spelade kort. En vind snodde ruter 9, så det tog en kvart att hitta den igen. På eftermiddagen åkte vi till Anundsböle som fick smeknamnet "Anuspölen". När Mikaela sprang förbi Anundsböletjärnen så tyckte hon att det luktade lite konstigt. Den här kartan skulle vara mest lik USM-kartan och det gick bra för mig, förutom precis runt kontrollerna, så det var bra.

Simon stukade foten till "ettan" så han tog nr 2, 10 och 11. Det var inte bra. Emma skuggade mig och på väg till 3:an skrek hon till och när jag vände mig om så var det två älgkalvar som sprang iväg. Hon sa att jag nästan sprang på dem, men jag märkte inte det. Vi hade tur att inte mamman var där.

Väl hemma var det grillning på gång. Hamburgare, äpplen och marshmallows och allt var gott. Det var varmt och fint väder och John hade en viss knyck, som gjorde att den brända delen av marshmallowsarna flög iväg. Det funkade för honom, men inte för mig. Han skulle hjälpa mig, men min pinne gick av och jag fick aldrig se min marshmallows igen. Det var dagens höjdpunkt och sen gick vi och la oss, glada och mätta.  
(**Albert Askengren**)



Ellinor Vejls i USM-stafetten.  
Foto: **Anna Samelius**

## Söndag 16 maj

Mamma väckte oss halv åtta och hade som vanligt frukosten framdukad och klar. Vi gjorde sedan i ordning lite mackor att ha som lunch på tåget, innan vi städade och började bilresan mot Sundsvall. Det skulle ta drygt två timmar, så jag tänkte försöka sova lite, men det gick inge vidare. Precis då jag skulle somna, tvärbromsade Emma och skrek till. Jag blev rädd att vi hade kört på något, men det visade sig att Emma hade trampat på bromsen i stället för kopplingen.

Efter ett gott skratt så dröjde det inte lång tid innan vi var framme vid tågstationen. Vi hann också passera Skuleberget, där **Ronja Rövardotter** spelades in, samt Höga Kusten-bron. Efter ett misslyckat sovförsök på tåget läste jag bok, samtidigt som jag lyssnade på Diggi-listan med Emmas ena hörlur.



Vi anlände till Stockholm T-central kl 15.30. När alla fått av packningen styrde vi stegen mot båtbusarna. Plötsligt märkte jag att John saknades. Jag vände mig om och såg att han stod en bit bort och pratade med en gubbe. Min första tanke var att de kände varann, men gubben verkade irriterad. Mamma märkte att jag hade stannat och då hon fick syn på John skyndade hon sig dit.

### En tjuga till gubben

Jag blev lite orolig och tvingade Albert att följa med mig bort så att vi var fyra mot en. När vi kom fram tog mamma upp en 20-lapp ur plånboken och gav till gubben, som snabbt försvann. På väg till Nynäsbusen berättade mamma att han saknade 20 kronor till sin biljett och jag tyckte det var skönt att mamma löste det så lätt. Framme vid Gatén, som efter ett tag visade sig vara fel, dukade vi upp för mellanmål. Då vi fikat klart hade vi 1,5 timmar tills båtbusen gick. Albert, Simon och John gick iväg, men Emma, jag och mamma orkade inte röra på oss så vi satt kvar.

### Slut på en toppenresa

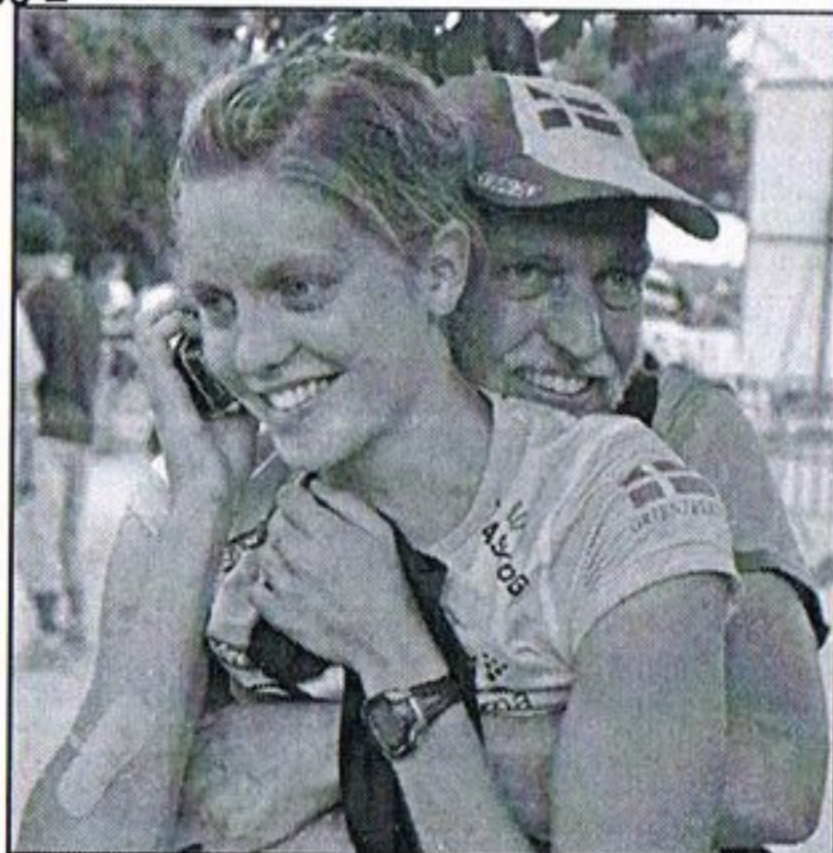
Precis kvart över, som vi bestämt, då vi skulle med bussen, så kom killarna. Bussen var nästan full, så vi fick sitta vid personer som vi inte kände, men jag fortsatte på min bok och så var vi i Nynäs. På båten var nog alla rätt hungriga, så mat stod överst på listan. Jag åt kycklingklubbor och grönsaker med salsa och vitlökssås, medan Emma tog pyttipanna. Då jag läst ut boken så gick jag, Emma och **Andreas Liljegren** till kiosken. Emma ville inte ha något, men både jag och Andreas köpte varsin god glass för 26 kronor. Inget dåligt slut på en toppenresa! (**Mikaela Rönnbäck**)

## Linneas krönika:

Mitt bidrag blir en krönika som jag skrev till Södermanlands nyheter i somras.

Bakgrunden till krönikan är att jag i juni, i egenskap av landslagslöpare från

= 36 =



Linnea rapporterar hem. Nej, det är inte kungen som kramas - det är pappa.

Foto: **Thomas Lindström, OK Hällen**

Södermanland, fick vara med på den middag på Ostindiefararen som Sveriges alla landshövdingar ordnade åt kungafamiljen några dagar innan bröllopet. Från alla distrikt var tre representanter, "vanliga" människor, medbjudna. En oförglömlig kväll med människor av alla de slag, fantastisk mat och så ett kort kort möte med de kungliga.

### Tänk att jag får göra det här!

Jag befinner mig i en gigantisk mosse på gränsen mellan Östergötland och Södermanland. Det gör ingenting att jag är ensam här ute, naturen kommer så mycket närmare, blir så mycket vackrare då. Klockan visar att jag har en timme och fyrtio minuter kvar av passet när känslan plötsligt omfamnar mig.

Så lyckligt lottad jag är som får chansen att göra det här. Alla skulle inte uppleva det som en förmån att få pressa kroppen tills det skriker i benen och gurglar i halsen. Men just här, just nu, finns det ingenting bättre för mig.

Jag funderar över den märkliga inbjudan jag fick av Södermanlands landshövding igår. En middag med Sveriges

= 37 =

alla landshövdingar och kungafamiljen på en båt. Tre dagar innan kronprinsessan ska gifta sig! Det känns hedrande och spännande, men ändå kan jag inte låta bli att tänka tanken: *Vad i hela världen skulle jag ha där att göra?*

### Vi får 30 sekunder var!

"Jag har räknat ut att vi får ungefär 30 sekunder var", deklarerar **Ragnar Boman** innan vi Södermanlandsrepresentanter släpps in i den minimala kabysen på Ostindiefararen, där hela kungafamiljen är samlad. Två minuter, varken mer eller mindre, får vi på oss där inne. "Du kan få köpa 29 av mina" hiner jag tänka innan det raslar till och sex hovliga händer passerar min i en hast.

De är bara vanliga människor. Och ändå inte. Jag får känslan av att jag står och tittar på en samling klippdockor. Strikta, stiliga, med fina linjer och stora ögon som jag inte vågar titta i. Leenden. Vem vet vad som rör sig där bakom? Jag slår huvudet i det låga taket och hoppas att jag inte ska behöva säga något. Det finns för många etikettsklaver att trampa i.

### Är det redan över?

Efter lite småprat mellan landshövdingen och kungen får jag berätta om den orienteringsvärldscup som ska gå utanför slottet om några dagar. Jag hör mig själv prata entusiastiskt och gestikulera ivrigt, samtidigt som vi måste gå ut, och jag glömmer nästan att lyckönska brudparet. Väl ute är det som om bedövningen som legat kring mina tankar släpper. Är det redan över?

Nästa gång jag ser Victoria och Daniel sitter jag på en motionscykel i Finland. De sitter i en båt på Riddarfjärden, Victoria i sin vackra vita klänning, lyckan strålar om dem. På mig lackar svetten och bildar rännilar i dammet på cykelramen. En höftskada har gjort att jag inte sprungit på det som känns som evigheter och att få cykla framför TV:n sätter färg på tillvaron.

Avståndet till de lyckliga figurerna i bildrutan känns behagligt distanserat. Som om min värld som kantrade lite i krocken med den kungliga nu vaggats tillbaka till sin egen lunk igen. För mig handlar det inte om olika värde. Det handlar om olika världar. En värld, där lyckan finns men inte får lägga sig till ro utan inverkan av åtskilliga utomstående betraktare. Och en värld, där lyckan kan finnas i en mosse i skogen eller i den allra sista hårda intervallen i ett pass.

## Oroväckande smala skidor

Redan 1934 uppmärksammades skidornas oroväckande krympande. Följande stycke är hämtat ur *Skid- och friluftsförbundet årskrift*:

"Det förefaller mig dock som om utvecklingen gått väl så skarpt i det hårt tillpackade och avslipade tävlingsspåret, på fjällviddernas och senvinterns mera fast packade snölager; som om man glömt, att skidan i första rummet är ett redskap, som bör bära upp en man även i den lösa och djupa snön i våra vidsträckta skogsområden, vilken årstid som helst.

Skidan har nämligen i en för en gammal skogslöpare oroväckande grad krympt samman, synnerligast på längden, och den skidlöpningsteknik, som är en nödvändig förutsättning för en god och obehindrad framfart på ett löst, djupt och ospårat snölager, skjutes av idrotten nästan helt åt sidan".

Ur en längre artikel, "Rätt virke för ospårat" i Naturskyddsföreningens tidskrift "Sveriges Natur" nr 1 2010.

.....  
(Fortsättning från sid 31)

Kombinationen av orientering och navigering för långflyttare är högst trolig. Men något klart svar går inte att få idag. Det känns faktiskt ganska skönt att vi inte fått veta allt. (Åke Ekdahl i DN)



# 4500 sprang det tuffa Tjurruset

av Björn Fransson

Det var lite som att starta en resa mot okänt mål, när vi hamnade på pendeltågstationen i Tullinge och såg ett antal väntande "midjebussar" med skylten "Tjurruset" på.

Så fort en buss var fylld, tog den oss med på resan rakt ut i bushen för att så småningom hamna på Botkyrka motorstadion, där det rådde ett slags organiserat kaos. Speakern dundrade på med raska tillrop och hög volym för att uppmuntra de 358 ungdomarna, som värmdes upp inför starten på "Kalvruset". Några leende "Friskis & Svettis"-företrädare stod på en estrad och visade hur de skulle göra.

Det var kanske lite kyligt i den femgradiga värmen, men det var nästan vindstilla och solen värmdes faktiskt. Alla verkade vara taggade före start, även våra två barnbarn, **Adrian** och **Maler**, som stod på startlinjen. De var mycket nöjda, när de kom i mål och fått sina fina medalj om halsen och var sin stor påse med diverse sponsrat innehåll.



**Erik Fransson** på väg från publikkontrollen, en container, som orsakade många fall!

= 38 =  
**Kvigruset?**

Efter damloppet (Kvigruset?) med 1094 startande, var det så dags för Tjurruset, som är en löparfest av det mer ovanliga slaget. Sluttiden var kanske inte så viktig för alla, men för att inte få alltför stora klungor, släpptes löparna iväg efter hur de trodde att de skulle kunna springa. I stället var huvuduppgiften att övervinna kampen mot sig själva och alla hinder på den utslagsgivande banan. Trixiga passager lurade överallt i form av däck, containrar (?) och inte minst lera och vatten.

**Kirchsteiger RK**

Vårt huvudintresse var inriktat på laget, med en TV-kändis på de nya T-shirtarna, Kirchsteiger RK, där inte mindre än tre före detta VOK-are ställde upp under sina nya synonymer, **Erik, Olov och Klas Kirchsteiger**. Vi tog barnbarnen med oss ut i skogen för att försöka få en skymt av de våra vid 7 km-passagen och senare vid containerhindret. Förbi oss passerade en fantastisk kavalkad, bestående av 2893 självplågare med en sak gemensam - de var alla blöta och skitiga från topp till tå. Många hade varit helt nere i i något av de många dyhålen, andra hade varit tvungna att simma och flera hade förlorat sina skor i modden och sprang barfota. Det var en skön syn, för oss som slapp vara med!

Vid publikhindret, där det gällde att snabbt ta sig upp och in i en container och ut igen på andra sidan, visades prov på allsköns tekniker. En man ramlade rakt på huvudet, när han skulle ur och kvinna fick hjälpas över kanten av en av funktionärerna, men alla sprang vidare mot det hägrande målet 500 meter bort. När man sprungit 9500 m ger man inte upp! I vimlet av löpare skymtade ytterligare några gotlänningar, VOK-aren **Pehr Nylander** och **Peter Österdahl** från Vibble

De flesta tyckte att banläggarna hade skött sitt jobb exemplariskt, trots att banan nog mer kunde liknas vid en hinder- än en terränglöpningsbana. Var lag Kirchsteiger RK hamnade i resultatlistan vet jag inte och det är troligen ointressant för de flesta, men jag vet att det tidigare 10-mila och 25-manna-ankaret på första sträckan, **Erik Fransson**, lyckades bli 97:a på den hedrande tiden 52.01. Det var en riktig prestation av den nyblivne 40-åringen.

**Baggrus eller Lammrace på Gotland?**

Hur kan då 4500 människor lockas ut för att i oländig terräng en härlig lördag i mitten av oktober springa en hel mil? Ja, det är en bra fråga. Hur många gotlänningar kan tänkas vilja göra det-

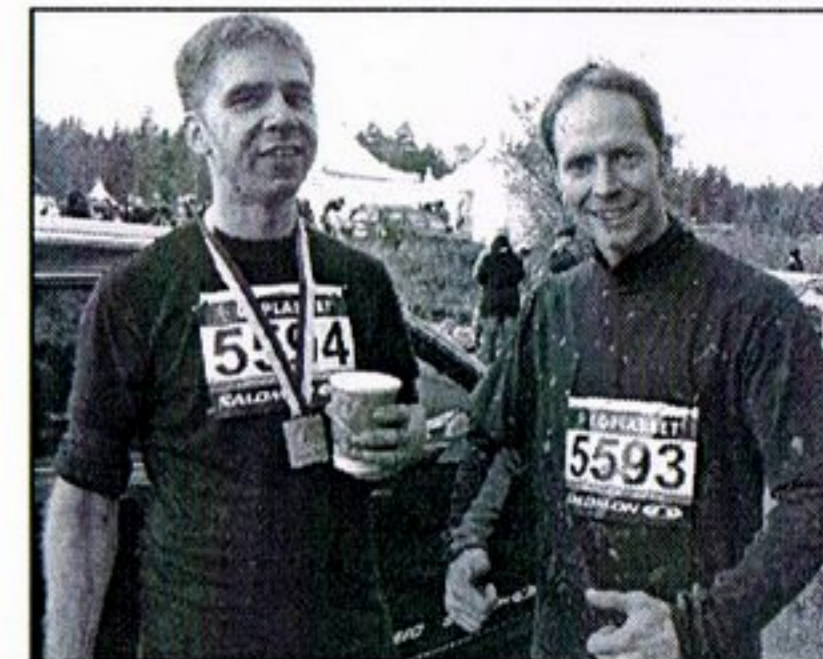
**Fyra  
gene-  
ratio-  
ner  
Hör-  
nell**

**Evy  
Gurli  
David  
Anna**



= 39 =

samma? Det är kanske dags att ta reda på det? Varför skulle inte VOK kunna ta initiativet till att göra ett eget "Baggrus" eller "Lammrace" eller vad det nu ska heta? Varför inte erbjuda Endurospåret på Tofta, när motorcyklisterna sölat till det ordentligt? Eller kanske i de värsta partierna kring och i Storvide-myrr på vårkanten under perioden mellan skidor och orientering?



Stolta Kirchsteigare efter loppet: **Olov Wetterlund**, f. Fransson, och **Klas Welin** (Foto: **Björn Fransson**)

Till och med på färjan hem hörde vi någon prata i mobilen om att hon varit uppe och sprungit Tjurruset. Hon hade njutit av dagens upplevelser - precis som vi - fast vi var bara åskådare.

Tillsammans har den här familjen erövrat inte mindre än 9 mästartröjor!



## Välkommen till Södertorg!

Varje dag fyller vi det lilla konditoriet på Södertorg med godsaker. Vad sägs om nygräddade frukostbullar och kaffebröd till morgonfikat? I kondisdisker hittar du allt från färdiga smörgåsar till kondisbitar av högsta kvalité. Och du, missa inte våra goda bakelser och tårter. Nu kan du även sitta ner i vår servering.

Prova vårt ekologiska och rättvisemärkta kaffe.

Välkommen in till oss. /Konditorgesäll Joakim Ahrling

### Medlemserbudande!

Ring och beställ din julkasse och få riktigt  
färskt bröd till jul.

1 Vörtlimpa

1 Gotlandslimpa

1 Gotländskt lantbröd

1 Saffranslängd

Hämtas senast torsdag den 23/12 kl. 18.00

Uppge ditt namn och "snö" när du beställer så får du ett "kanon" pris

Södertorg Visby. Öppet måndag-fredag 06.30-18.00 och Lördag 07.30-16.00. Tfn 21 07 33



## VAR KLOK -SPONSRA VOK



Visborgs Orienteringsklubb har byggt en  
2,5 km lång elljusslinga- 98 stolpar.

Vi saknar idag sponsorer på 35 stolpar. Reklamen sitter kvar i minst 5 år.

2000:-/stolpe för företag, 1000:-/stolpe för enskilda personer.

Ring: Anders Ardin 070-821 64 00



Vi önskar även flisved som förstärkning  
av spåren. Ring: VOK 070-242 84 33

Vill du veta mera gå in på VOK:s  
hemsida [www.visborgsok.se](http://www.visborgsok.se)