



# EFK-nytt

april 2024

## Kretsfunktionärens ruta

Äntligen vår och dags för orientering igen – minst lika roligt efter snart ett halvt sekel som aktiv. På 1970-talet tävlade man i orientering i mars–april och augusti–oktober. Förste maj var det slut på säsongen. Naturen skulle vila från orienterarna. I mitten av oktober var det dags för jaktsäsong. Mellan dessa säsonger tävlade många i andra konditionsidrotter: löpning på sommaren och senhösten samt skidåkning på vintern. Nuförtiden är det inte lika inrutat. De nationella tävlingarna har blivit färre. Många klubbar orkar inte med stora arrangemang och de flesta orienteringshändelserna sker utanför vår- och höstsäsongen. Sprint- och park-OL har tillkommit. På sommaren erbjuds kvällssprintar inte mindre än 15 tisdagar i maj–september. Först ut är EFK med EES, därefter Malmö OK och OK Kontinent. Klassikern Lilla 5-dagars fanns redan på 1980-talet och fyller ut ett tomrum i början av juni, vintercupen åtta söndagar i januari–februari. Krets- och närtävlingarna har tagit över en stor del av aktivitetsschemat, något som bör välkomnas. Nu finns banor och terränger som passar alla. I år är EFK ordförandeklubb i Sydvästra kretsen och vi förväntas därmed arrangera ett krets-mästerskap, planerat till november. Allt är emellertid inte bättre idag än på 1970-talet. Jägarna har tagit över de flesta mellanskånska skogar och vill helst inte släppa in några orienterare. Därför tvingas vi utanför kommunen för att rita kartor som duger till större tävlingar. Annat var det när vi fick använda Trolleholms skogar eller Snärjet och Skarhults Kronopark. Då hade vi kartor till både träning och tävling på nära håll. Ett lysande undantag är vår nutida hemmaarena Gyaskogen, en kommunalt ägd och oskött skog men likväl väldigt viktig för klubbens mindre arrangemang och träningar. Kretsarrangemang har blivit allt viktigare när det gäller att erbjuda aktiviteter året om nu när de traditionella OL-tävlingarna minskar i antal. Hittaut är ytterligare ett mycket trevligt träningsalternativ på nära håll om alltid går att ta till. Ett gott råd således: håll formen hela sommaren genom att delta i våra egna och kretsklubbarnas lättsamma arrangemang.

*Arne Thell*

# Eslövs friluftsklubb

**Adress:** Eslövs friluftsklubb c/o Göran Frank, Gruvbacken 2, 241 75 Stehag

**Klubblokal:** Idrottsplatsen i Stehag

**Hemsida:** <http://www1.idrottonline.se/EslövsFK>

## Styrelse & Funktionärer

**Ordförande:** Stefan Adolfsson, stefanad66@gmail.com

**Kassör:** Göran Frank, goran.frank@telia.com

**Sekreterare:** Anne Udd, anne\_udd@hotmail.com

**Uttagning:** Bo-Arne Olsson, baolsson71@gmail.com

**Ungdomar, kontaktperson:** Anders Jönsson: anders.s.joensson@gmail.com

**Skidor och långlopp:** Thomas Nilsson, t-nils@hotmail.se

**Anmälan till tävling:** Via Eventor

**Drogpolicy:** Klubben arbetar förebyggande mot bruk av droger. En uppdaterad drogpolicy finns på vår hemsida.

## EFK-Nytt

Vår klubbtidning utkommer med sex nummer om året och är en sammanställning av insänt material från medlemmar. Allt som kan vara av intresse för några eller alla medlemmar är välkommet, helst i elektroniskt format. Skicka det till:

**Redaktion:** Arne Thell, arne.thell@biol.lu.se, Annika Nilsson, annika.nilsson.73@gmail.com, och Tomas Vensryd, [tomas.vensryd@skanecronan.se](mailto:tomas.vensryd@skanecronan.se)

I undantagsfall till: Arne Thell, Rapsvägen 3, 241 75 Stehag, 0701429622

Tidningen är först och främst en nättidning men på begäran kan den även distribueras i pappersform. Tidningen utkommer ca en vecka efter utsatt manusstopp.

## Medlemsavgifter 2024

### Aktiv

-16 år	200 kr
17-20 år	300 kr
21- år	500 kr
Familjeavgift	1000 kr

### Stödmedlem

Alla åldrar	100 kr
-------------	--------

Åldern gäller det kalenderår vederbörande fyller angivet antal år. Medlemsavgiften betalas in på vårt **bankgiro 223-7105** eller via Swish: 123 640 52 29.

# Aktiviteter och träningar våren-sommaren 2024

BL = Banläggare

TV = Träningsvärd (tanken är att TV tar emot, förklarar, ev. sköter start och mål, ev. skuggar, osv.)

SkOF aktivitet	SkOF ungdomsserie = ALLA DELTAR!	<i>Skånsk orienteringstävling, eget deltagande.</i>
För information.	MtbO (mountainbikeorientering)	

Datum	Träningsform, Tränare/ ledare	Tid	Grupp	Samlingsplats
Torsdag 18/4	Orienteringsträning TV: Sven-Otto, BL: Daniel.	17:30 - ca 19:00	Alla	Orup, parkering Karlslund. Nya Sätöfta vägen.
Lördag 20/4	Vättefejden/Gränsfejden, lång. Markaryds FK/ Tockarps IK		Alla	Stavershult
Söndag 21/4	Vättefejden/Gränsfejden, medel. Markaryds FK/ Tockarps IK		Alla	Stavershult
Torsdag 25/4	Orienteringsträning	17:30-ca 19:00	Grön-vit Gul Orange-violett	Gya bygdegård, Stehag
Lördag 27/4	Kollebergamedeln, medel. OK Kompassen		Alla	Brandsberga
Söndag 28/4	Frostalunken, medel. Frosta OK		Alla	Mjälåströ
Torsdag 2 maj	Orienteringsträning: Sprint, i Eslöv	17:30-ca 19:00	Grön-vit Gul Orange-violett	Trollsjön?
Söndag 5/5	Malmö OK, medel		Alla	?
Tisdag 7/5	EES etapp 1		Grön-vit Gul Orange-violett	Marieholm
Tisdag 14/5	EES etapp 2		Grön-vit Gul Orange-violett	Stehag
Söndag 19/5	DM, Sprint. OK Kontinent		Alla	Skanör/Falsterbo
Söndag 19/5	DM, Sprintstafett. OK Kontinent		Alla	Skanör/Falsterbo
Tisdag 21/5	EES etapp 3		Grön-vit Gul Orange-violett	Solkullen, Eslöv
Torsdag 30/5	Avslutning	17:30-ca 19:00	Grön-vit Gul Orange-violett	Gya bygdegård, Stehag
Söndag 26/5	Lundasprinten, spint. Lunds OK		Alla	Lund
Lördag 17/8	Träningsupptakt	10:00-??	Grön-vit Gul Orange-violett	?

För ännu fler aktiviteter: se kalendern på sista sidan.

## **Eslöv Evening Sprint (EES) 2024 – Personal m.m.**

Här följer diverse information samt förslag till personalförteckning. Ni har i vanlig ordning full rätt att protestera och byta med varandra, men banläggare/tävlingsledare för dagen vill gärna få vetskap därom. All personal samlas en timme före start, dvs. kl 17.00 (gäller alla tre tillfällena). Kontrollutsättarna behöver ev. starta tidigare.

Byggandet är enkelt och inskränker sig till eventuellt måltält, ett par bord samt start- och målskylt. All material och utrustning (utom elektronisk utrustning) transporteras till respektive etapp av Arne T och/eller Ronny L som tillsammans med Sven-Otto J och Tobias P sköter byggandet.

### **Etapp 1, Tisdagen 7/5, vid Marieskolan i Marieholm**

Start: Mellan kl 18 och 19.30

Samlingsplats (start och mål):

Parkering: I anslutning till Marieskolan och längs gator i närheten.

**Banläggning och tävlingsledning: Anne Udd och Ronny Liljenberg.**

Kontrollutsättning: Bo-Arne Olsson, Tomas Vensryd, Arne Thell, Stefan Adolfsson.

SI, anmälan och mål: Erik Liljenberg, Thomas Nilsson, Edvin Vensryd.

Prova på, anmälan och instruktion: Anne Udd, Anders Jönsson.

Start för EES 1 och prova på: Sven-Erik Mellby, Eva Mellby, Tor Udd.

Kontrollvakter, parkering och personalpool: Lars Adolfsson, Staffan Ipsen, Maria Ipsen.

Bemanning i detalj för bl.a. parkering och kontrollvaktning meddelar tävlingsledaren på plats.

Banläggaren ger instruktioner till kontrollvakterna.

### **Etapp 2, Tisdagen 14/5, vid Wrights Flora i Stehag**

Start: Mellan kl 18 och 19.30.

Samlingsplats (start och mål): Hrights Flora.

Parkering: På grusplan vid Wrights Flora och vid Bolist.

**Banläggning och tävlingsledning: Daniel Lindberg och Ronny Liljenberg.**

Kontrollutsättning: Bengt Olsson, Anders Jönsson, Stefan Adolfsson, Arne Thell.

SI, anmälan och mål: Erik Liljenberg, Jonas Hörström, Göran Frank.

Prova på, anmälan och instruktion: Marlene Bjärehed, Mia Åberg.

Start för EES 2 och prova på: Hanna Mellby, Mårten Mellby, Sandra Nilsson.

Kontrollvakter, parkering och personalpool: Lars Adolfsson, Anna Mårtensson, Sven-Otto Jönsson.

Bemanning i detalj för bl.a. parkering och kontrollvaktning meddelar tävlingsledaren på plats.

Banläggaren ger instruktioner till kontrollvakterna.

### **Etapp 3, Tisdagen 21/5, vid Husarängen i västra Eslöv**

Start: Mellan kl 18 och 19.30.

Samlingsplats (start och mål): Husarängen.

Parkering: På parkeringsplats norr om Kärråkra.

**Banläggning och tävlingsledning: Thomas Nilsson o Ronny Liljenberg.**

Kontrollutsättning: Bengt Olsson, Bo-Arne Olsson, Edvin Vensryd, Tomas Vensryd.

SI, anmälan och mål: Erik Liljenberg, Oscar A, Daniel Lindberg.

Prova på, anmälan och instruktioner: Arne Thell, Marlene Bjärehed.

Start för EES 3 och prova på: Sven-Erik Mellby, Hanna Mellby, Tobias Palm.

Kontrollvakter, parkering och personalpool: Anna Mårtensson, Stefan Adolfsson, Mia Åberg.

Bemanning i detalj för bl.a. parkering och kontrollvaktning meddelar tävlingsledaren på plats.

Banläggaren ger instruktioner till kontrollvakterna.

## Kartor och bantryck

Stefan Adolfsson ansvarar. Printning hos Gert Nilsson i LOK.

Vi kommer att ha Sven-Ottos färgskrivare i reserv vid alla etapperna, om kartorna skulle ta slut.

Hälsningar

*Ronny*

OBS! Kretsens hjärtstartare finns till förfogande. Tävlingsledning för respektive etapp beställer, hämtar och lämnar – eventuellt till nästa etappansvarige.

## Sydvästra kretsens Hjärtstartare (HS)

### När du får HS:

- Kontrollera att den gröna lampan blinkar i titthålet på väskans framsida. Om lampan lyser med fast sken kör HS ett självtest. Detta gör den dagligen. Avvakta i sådana fall en stund och titta igen så att lampan blinkar. Om lampan skulle vara släckt, vänligen kontakta Anna snarast så att felet kan avhjälpas.
- Bekanta dig med hur HS fungerar genom att titta i lathunden som sitter i locket på väskans insida.

### När du lämnar HS:

- Antingen lämnar du HS i Malmö OK.s klubblokal på Bulltofta eller lämnas den vidare till nästa arrangör i kretsen som behöver den. I båda fallen ska det avrapporteras till Anna Söderström ([anna.soderstrom2018@gmail.com](mailto:anna.soderstrom2018@gmail.com) eller på mobil 0733-395551). Anna behöver veta vart och till vem man lämnat HS. Mottagarens namn, klubbtilhörighet, e-post och mobilnummer.
- Den senast inrapporterade mottagaren är ansvarig för HS tills man avrapporterat till Anna och fått bekräftelse på sitt mail eller sms.



## Lilla 5-dagars 2024

4 juni: Rävetofta OK

11 juni: Malmö OK

13 juni: Lunds OK

18 juni: OK Silva

19 juni: OK Kontinent (Obs: onsdag!)

Utmärkta träningsstillfällen! Mer information på Eventor

## Resultatbörs

26 mars Vildmarksfejden, lätt 2,5 km: Rasmus Frank 11a, svår 3 km: Hanna Mellby 31a

27–29 mars, 3-dagars Påskeløb i Vejle, , H55AK: Arne Thell 5a, H45AK: Thomas Nilsson 3a, Bo-Arne Olsson 5a

1 april Tyringerundan, H60: Bengt Olsson 3a, D40: Hanna Mellby 2a

7 apri, Våryran, medel, H50: Thomas Nilsson 2a, Bo-Arne Olsson 7a, D60: Anne Udd 3a,

H60: Bengt Olsson 3a, svår 3 km: Hanna Mellby 7a, svår 5 km: Mårten Mellby 5a

14 april Söderåsenrundan, lång, H60: Bengt Olsson 3a, svår 5 km: Hanna Mellby 9a

## Banläggning för nära hus

Under ett träningspass i Gyaskogen träffade jag på en representant från jägarens familj, längst ut på långa rundan. Vederbörande bad oss att inte lägga banor för nära deras hus, mest med tanke på hundarna som blir stirriga. Kanske kan vi tänka på detta i samband med framtida banläggning. Ett problem är dock att de områden som duger för orientering i vår redan lilla skog därmed krymper ännu mer, och i andra änden tilltar igenväxning och antalet stormfällda träd. Vad jag vet har kommunen fortfarande inte lyckats (orkat) ordna någon förvaltare till skogen de köpte.

*Arne*

## Nya medlemmar hälsas varmt välkomna

Lisa Appelgren

Mattias Andersson

Marie Carlsson

Viggo Carlsson

Gun Ericsson

Tommy Ericsson

Emma Karis

Mats Klingberg

## Höstens rutor i EFK-nytt

Höstens rutor i EFK-nytt har redan fördelats. Hanna Mellby inleder i augusti med kretsfunktionärens ruta, Sandra Nilsson, ny styrelseledamot, presenterar sig själv i styrelseledamotens ruta i oktober. Till slut knyter vår ordförande, Stefan Adolfsson, ihop påsen i ordförandens ruta i december.

## Ungdomsserien 2024

Vi har satt upp ett mål att ta 500 poäng i årets ungdomsserie, poäng från de fyra bästa deltävlingarna räknas. Alla ungdomar som deltar vid minst en tävling kommer att få ett pris och när vi upp till vårt mål kommer bjuda klubben på en hemlig aktivitet när säsongen är slut!

Datum	Tävling	Plats	Klubb/Ansvarig	Poäng EFK
29 mars	Swedish League #1	Östra Göinge	FK Göingarna	102
20 april	Vättefejden	Örkelljunga	Markaryd/ Tockarps IK	
28 april	Frostalunken	Hörby	Frosta OK	
19 maj	DM Sprint	Falsterbo	OK Kontinent	
24 augusti	DM-medel	Skrylle	Lunds OK	
8 september	Frostavallslöpet	Frostavallen	Frosta OK	
15 september	DM Lång	Sösådal	Hässleholms OK	

### Reservtävlingar Vår resp Höst

28 september	Älgots Cup	Örkelljunga	Örkelljunga FK	
--------------	------------	-------------	----------------	--

### Poängberäkning

Tävlingsklass: Segraren i huvudklass, DH10-16, erhåller 30 poäng därefter 1 poängs avdrag för varje placering efter segraren ner till 10 poäng som är den lägsta poäng en godkänd löpare kan få. Ej fullföljd tävling ger 5 poäng. Endast distriktets löpare räknas, löpare från annat distrikt tas bort vid poängberäkningen.

Öppen klass: Samtliga deltagare i öppen klass - från det år löparen fyller 5 år till och med det år man fyller 16 får 10 poäng för fullföljt lopp. Ej fullföljd tävling ger 5 poäng.

/Ungdomskommittén

Hälsningar Anders

## Hittaut Eslöv 2024

Nu närmar sig starten för årets upplaga av Hittaut Eslöv. Projektet pågår från 27 april till 3 november. I huvudsläppet (kartan som delas ut till hushållen) kommer Eslöv, Marieholm och Stehag att ingå. Cykelkarta kommer att släppas som ett extrasläpp 1 juni. Lite senare i juni kommer extrasläpp över Gya och någon gång i augusti släpper vi checkpoints i Flyinge och Löberöd.

Under början av maj kommer vi att dela ut de tryckta kartorna i olika områden i Eslöv och i byarna. Där behöver vi alla hjälpas åt.

I detta nummer av EFK-nytt hittar du hela arbetsfördelningen. Har vi missat dig eller vill du ha fler/andra arbetsuppgifter? Hör av dig till någon av oss i projektledningen:

*Göran Frank*

*Anne Udd*

*Stefan Adolfsson*

*Thomas Persson*

*Ronny Liljenberg*

*Daniel Lindberg*

*Åsa Liljenberg*

*Stefan Hansson*

## Arbetsfördelning 2024

### Projektledning

Göran Frank (sammankallande)  
Anne Udd  
Stefan Adolfsson  
Thomas Persson  
Ronny Liljenberg  
Daniel Lindberg  
Åsa Liljenberg  
Stefan Hansson

- Samordnar och håller ihop projektet
- Skriva ansökan till kommun och Spb-stift.
- Ekonomi
- Sammanställa material till papperskartan
- Personalsamordning

### Karta

Stefan Adolfsson

- Samordna revidering / nyritning av kartor till hittaut-säsongen
- Inritning av checkpoints
- Färdigställa kartor för tryck av papperskarta och för inläggning i appen

### Banläggning / Markägarkontakter

Ronny Liljenberg

- Samordnar rekognoscering och planering av placeringar av checkpoints
- Checkpointbeskrivning
- Kontakter med markägare
- Polistillstånd

### Samarbetspartners

Anne Udd  
Stefan Hansson  
Åsa Liljenberg

- Söker partners till projektet
- Sköter kontakten med partners
- Samlar in logotyper, annonser, info-texter, med mera
- Överenskommelser kring priser som företag bidrar med
- Skriver tackbrev

### Hittaut-appen / Wagtail /

### Kommunikation med deltagare / E-post

Daniel Lindberg

- Samordna allt kring wagtail och appen
- Hanterar Hittaut-e-posten

### Marknadsföring / Hemsida / Sociala medier

Anne Udd

- Plan för marknadsföring och lansering
  - Vilka kanaler ska användas?
  - Tidsplan med när info ska släppas och när inlägg ska göras
- Hemsidan
- Facebook och Instagram
- Pressmeddelande, presskontakter
- Nyhetsbrev



### **Materieförvaltare**

Lars Adolfsson

### **Checkpoint-gruppen**

Ronny Liljenberg  
Stefan Adolfsson

- Förbereda checkpointstolpar och -plattor
- Samordnar utsättning av checkpoints
- Samordna checkpointkontrollanterna
- Reparera / ersätta skadade eller förlorade checkpoints under säsongen
- Samordna intagning av checkpoints efter säsongens slut

### **Utdelning av papperskartan**

Thomas Persson  
Göran Frank

- Samordna utdelning (Thomas)
- Distribuera kartor till utlämningsställen
  - Eslöv, Marieholm (Thomas)
  - Stehag (Göran)
- Hålla kontakt med utlämningsställen och fylla på när det behövs

### **Checkpointkontrollanter**

Axel Liljenberg  
Thomas Persson  
Anne Udd  
Lars Adolfsson  
Arne Thell  
Göran Frank  
Stefan Hansson (Marieholm)

- Bistå checkpoint-gruppen
- Hjälper till med att reparera eller ersätta skadade eller förlorade checkpoints under säsongen
- Klippa rent runt checkpoints, vid behov

### **Utdelare**

Arne och Nataliya Thell  
Sven-Erik och Eva Mellby  
Tomas och Edvin Vensryd  
Tobias Palm  
Fam. Anna och Ingemar Mårtensson  
Bengt och Kerstin Olsson  
Åsa och Ronny Liljenberg  
Karin Jakobsson  
Britt Frank  
Fam. Stefan och Åsa Hansson  
Erik Liljenberg, Alice Idéhn  
Fam. Bo-Arne Olsson och Annika Nilsson  
Mia Åberg  
Fam. Anders Jönsson och Karolina Persson  
Thomas Nilsson  
Sven-Otto Jönsson  
Fam. Staffan och Maria Ipsen  
Thomas Persson  
Fam. Martin Olsson och Jonna Karlsson  
Fam. Hanna och Mårten Mellby  
Stefan Adolfsson, Marie-Lousie Antonsson  
Anne och Tor Udd  
Sandra Nilsson  
Fam. Göran Frank och Elsa Ekberg-Frank  
Jonas Hörström  
Daniel Lindberg  
Fam. Marlene och Jonas Bjärehed  
Jonatan Axelsson  
Gun och Tommy Ericsson

- Utdelning av papperskartor inom tilldelat område (prel. första veckan i maj).

### **Prisutdelning, priser**

Karin Jakobsson  
Stefan Hansson

- Samordna priser
- Lottdragning
- Meddela pristagare
- Utdelning av priser

## Träningsläger i Bjärnum 23–24 mars

Efter förra årets lyckade läger i Bjärnum bestämde vi oss för samma upplägg det här året, så helgen före påsk åkte vi till OK Torfinns klubbstuga för två dagar fyllda med orientering. Även detta år nyttjade vi det fina läget på Görans stuga som utgångspunkt för två träningar och med mål i carporten. Vädret var ombytligt med riktig aprilkänsla så regn och hagel var inget problem när man väl kommit i mål och kunde pusta ut under tak. Stort tack till Göran med familj för detta.



Bild från del orange bana, hållpunktorientering där vi som teoriövning innan fick markera lämpliga hållpunkter och attackpunkt i korridoren inför varje kontroll.

De i den grön/vita gruppen fick under helgen prova på banor längs okända stigar, och de äldre i gul och orange/violett grupp övade bland annat på kompass, hållpunkter, attackpunkt och riktningförändringar i de fina bokskogarna. Efter träningspassen badade vissa av ungdomarna bastu som om de var från Finland, medan andra mest hade stughäng. Tack vare förra årets bidrag från Sparbanken Skåne kunde vi hålla deltagaravgiften låg och koka pizza från lokala pizzerian på lördagskvällen.



EFKs lägerdeltagare i sin rätta miljö.



Samkväm i matsalen.



Några visade sig vara duktiga på att spela kort.

Ett stort tack till alla ungdomar, föräldrar och ledare för alla insatser före och efter lägret och som gjorde det till en riktig höjare.

*Anders*

# Familjenytt

– med Annika Nilsson

## Födelsedagar

### Maj

4 maj Daniel Lindberg 40 år  
21 maj Kerstin Olsson 60 år

### Juli

20 juli Jesper Sjöström 50 år

### Augusti

22 augusti Sixten Mellby 10 år

## Anders Mårtensson (1951–2024)

Den störste orienterare EFK någonsin fostrat, Anders Mårtensson, har hastigt lämnat jordelivet endast 73 år gammal. Han började orientera i slutet av 1960-talet och nådde snabbt elitnivå. Han representerade dock andra klubbar under storhetstiden. Redan 1971 gick han till Frosta OK, därefter OK Silva, Lönsboda GIF, OK Gyngge, OK Dacke, OK Gyngge igen, Ringsjö OK och återigen Eslövs FK som 35-åring då han blev 6a på Götalandsmästerskapen.

Anders var onekligen en stor profil inom orienteringssporten och hade bland annat uppdrag hos ryska landslaget. Det bör dock nämnas att både Anders och hans ryska fru var stora Ukrainavänner, något Anders gjorde klart för mig vid ett spontant möte i Snärjet i höstas. Till Anders minne föreslogs ett bidrag till Kattfonden men det går säkert lika bra att skänka en slant till Ukraina, t.ex. via OK Orions insamling. De har fått ihop en kvarts miljon sedan insamlingen startade för två år sedan men behovet är enormt.

*Arne*

## OK Orion hjälper Ukraina



—Orienteringsklubben Orion har en lång tradition med ukrainska löpare som tävlat för oss—  
genom åren. Fantastiska människor som gett oss så mycket glädje, framgång och stjärnglans.  
<https://bossan.radiohjälpen.se/ok-orion-hjaelper-ukraina>

## Månadens profil: Daniel Lindberg

Plötsligt fanns han bara där som en självklar del av EFK – en av våra främsta idrottsmän och en viktig kugge som ledare och funktionär. Daniel drar sig inte för besvär och ställer upp när det behövs. Enligt Daniel själv är det redan sju år sedan han dök upp som medlem. Då bodde han i Östra Asmuntorp alldeles nordväst om Eslöv. Smått otroliga 3 DM-guld har det blivit: ett i sprint i seniorklassen och två i H35, i nattorientering och ultralång. Den 4 maj fyller han 40! Jag fick en exklusiv intervju med denne IT-kille i samband med en EFK-träning i Sätöfta 18 april som han själv var värd för.



Sven-Otto Jönsson, Märten Mellby, jubilaren Daniel Lindberg och "mormor Ipsen" vid träningen i Sätöfta 18 april.

Hur hittade du till EFK?

*EFK hittade vi till 2017 efter att ha varit på några öppna banor under våren, har jag för mig. Att det blev just EFK var googles förtjänst, letade upp närmsta klubb, helt enkelt.*

I år har Daniel flyttat från slätten till skogen, till ett hus mellan Norra Rörum och Sösdala. Hoppas nu inte han får för sig att gå till närmaste klubb igen...

*Ja, det är spännande, gött med skog utanför dörren och än så länge har jag inga planer på att byta klubb. Det nya hemmet är ju rätt nära Snällersödskartan också, så får hoppas på många aktiviteter på den, fortsätter Daniel. Jag har inga planer på att byta klubb igen.*

De flesta förknippar Daniel med en stark klubbkänsla, en rejäl husbil och den som vann Älghornet med "mer än maxpoäng" 2022. Tre DM-tecken har det dessutom blivit och det händer verkligen inte ofta i EFK.

*Angående småländsk OL-bakgrund så började jag i OK Gisle i femman efter att vi haft orientering i skolan och en klasskompis som orienterade tyckte att jag skulle följa med. Var inte något ess på något sätt, jag var mer inne på skog och kartor än att bli trött, kan man väl säga. Under gymnasiet blev väl deltagandet mer sporadiskt på grund av livet och sen flyttade jag till Göteborg och orientering utan bil är ju problematiskt, så då tog den karriären (näja) slut.*



Den enorma husbilen är förstås bra att ha i flera sammanhang men är inte alltid optimal att parkera .

Det märks tydligt på dialekten att Daniel är smålänning. I februari numret berättade den nya styrelseledamoten Sandra Nilsson att hennes hemby Skuddarp / Skudderup nätt och jämnt ligger inom det slättskånska språkområdet. Är det skånska som gäller där du bor också? *Skudderup hittar jag på kartan och då är det rätt nära om det är det. Mitt emellan Hjällaröd och Maglö (på google maps) bor jag. Enligt mitt otränade öra låter det rätt så göingskt. Men jag är bättre på småländska dialektnyanser.*



Så här är vi också vana att se Daniel – som kunnig IT-funktionär i samband med våra arrangemang.

Trots DM-guld i sprint verkar det som om du trivs bäst med riktigt långa distanser.

*Ja, jag har rört mig från att cykla långt på vägar (och lite i skogen) till att springa långt i skogen (och lite på vägar). De senaste åren har det blivit mer orienteringen som haft huvudfokus, men jag springer fortfarande lite ultralopp nu och då. Får jag tillfälle så åker jag gärna skidor (slättförs och nedförs) också, men det blir ju av naturliga skäl sällan men intensivt.*

Vad har du för framtidsplaner?

*Framtiden orienteringsmässigt blir till att komma iform igen efter ett år med skador och flyttande. En fjällmara blir det också i sommar och livets första start i oringen(!)*

Till slut: hur känns det att att fylla 40?

*Det är bättre än alternativet!*

*Arne*

## Påskeløb i Vejle 2024

Efter att under fler år fått läsa i EFK-nytt om att orientering i Danmark under påsken är ett måste, kan inte blir fel, inget kan man komma att ångra etc. hade det blivit dags att tillsammans med Arne och Thomas åka väster ut till trakten av Vejle för att få uppleva danskt gemyt och säsongspremiär. Även om tävlingsinbjudan utlovade kuperad terräng och DMI-rapporten antydde ostadigt väder var förväntningarna högt ställda. Med på resan var även Sergey som var mer fokuserad på att samla in lavar än att orientera, vilket skulle visa sig vara ett klokt beslut.

Vejle, nummer nio av danska städerna sett till antalet invånare, är beläget på Jylland, inte alltför långt från Lilla Bältbron vid spetsen av Vejlefjorden, i något som får beskrivas som en storkullig terräng. Vejle kallas även "Danmarks Manchester" och är födelseort för den danska fotbollsstjärnan Allan Simonsen (som hade sin storhetstid under 70-talet).

Arne hade tidigt förvarnat om att hela Danmark är nedstängt under Långfredagen, vilket stämde. Då det var planerat för sen start på den första etappen tog vi tillfället i akt och begav oss till St Nicolai-kyrkan. Syftet var att avlägga visit hos drottning Gunhild, ett s k mosslik, som inte gjorde särskilt mycket väsen av sig då det visade sig att hon några år tidigare flyttat till Kulturmuseet i Vejle. Vi tog oss dock tid att senare under resan även hinna med ett besök på museet.



"Drottning Gunhild" var egentligen ingen drottning utan en helt vanlig mosskvinna.

Arrangören, OK Snab, hade förlagt först etappen till Tirsbaek Skov med TC och mål inne på borggården tillhörande Tirsbaek Slot. Parkering hade troligen inte godkänts av EFKs parkeringsgeneral Sven-Otto då den till större delen bestod av en leråker som var rejält blöt efter sista tidens regnfall. De kluriga danskarna ställde dock upp bilarna i en nerförsbacke med bilarnas front riktad mot utfarten från åkern varvid de flesta fordon utan alltför stort besvär sedan kunde "glida ut" på tillfartsvägen.

Starten var placerad uppe på en höjd dit man tog sig via en enda lång uppförsbacke. Deltagarna i de äldre klasserna, ej H45AK och H55AK, transporteras med minibuss. Fördelen med detta var att banan inte blev alltför kuperad utan deltagarna bjöds i stället på "pinnahie", lera och rikligt med nederbörd. Det sistnämnda vållade en del problem då 10.000-delskarta och läsglasögon inte är den bra kombination. Thomas bemästrade detta bäst och kunde stoltsera med en första plats av 16 startande i H45AK, Arne landande på en femte plats i den dubbelt så stora H55AK-klassen medan undertecknade hamnade på en mer blygsam nionde plats. Marketenteriet bjöd på sedvanlig brett danskt utbud och efter att ha begrundat dagens insats var vi överens om detta sannolikt inte var den bästa skogsupplevelsen vi hade haft i närtid men att det inte gärna kunde bli sämre.....



Tirsbæk.



Thomas och Bo-Arne trivdes i Danmark men blev alltmer skeptiska till terrängen.

Påskdagen bjöd på uppehåll och ett nytt skogsområde, Rosenvoldskovene. Redan på TC kunde man ana sig till de branta skogsklädda sluttningarna ner mot Vejle fjord där tävlingen skulle gå. Även tävlings-PM gav en tydlig vink om vad som väntade då de äldre klasserna nu inte bara erbjöds transport ut till start utan även fick sin sluttid vid sista kontrollen för att i lugn och ro kunna promenera uppför den branta avslutningen till mål. Terrängen var bättre än etapp 1 men detta komparerades med en banprofil som närmast kan liknas vid en bättre åkattraktion på Liseberg, mycket upp och ner. Det regn som fallit gav en extra dimension där man stundtals stod och slirade i uppförbackarna för att sedan sjunka ner slukhålsliknande gropar i utförslöperna. Arne gjorde återigen en stabil insats och säkrade en femte plats inför jaktstarten, undertecknade lyckas kliva upp en placering och Thomas som blev trea behöll totalledning men med en relativt liten marginal till tvåan och trean i klassen.

Efter tävlingen togs beslut om en snabb visit till Jelling med besök på Jellingmonumenten (Jelling kyrka, Jellingestenarna och Jellingehögarna). Jelling anses vara Danmarks födelseort och en tydlig markering av övergången från asatro till kristendomen i Skandinavien. Här regerade Gorm den Gamle och hans son Harald Blåtand på 900-talet. Platsen finns upptagen på Unescos världsarvslista och är väl värt ett besök. Personligen anser jag detta vara en av höjdpunkterna på resan, då jag håller på att lyssna mig igenom Tonny Gullöws skönlitterära verk "Tusenårsriket" som utspelar sig under vikingatiden, i och kring Jelling. En dansk motsvarighet till Jan Guillous Arn-böcker.

Påskdagen och avslutning med jaktstart i Grund skov. DMIs väderprognos bjöd på blåst, kyla och nederbörd. Lagom till start öppnade sig himlen i ett rejält skyfall varvid Arnes konstaterade att "Det känns som man är på väg till sin egen tortyr".

Terrängen var återigen något fuktig och man fick stundtals ta det försiktigt för att kunna vara säker på att få med sig löparskorna hem. Arne befäste sin femteplats och undertecknade klättrade några placeringar och slutade sexa. För Thomas del innebar loppet en del omkastningar där han först tappade ledning, återtog den igen, för att slutligen sluta som trea efter den "vadernas kramp" som utspelade sig på den sista delen av banan som löpte från Vejlefjordens vatten till det högt belägna målområdet.





Bosses skor efter sista etappen. Blir de någonsin sig själva igen?



Bo-Arne och Thomas klättrar upp på Harald Blåtands hög med tunga ben.



Jellingstenarna, som berättar om Danmarks födelse, är numera inglasade.



Ett av de bästa terrängavsnitten på etapp 3, varför gå i lera och sörja?

Avslutningsvis kan jag konstatera att det var en mycket rolig resa helt i linje med var som utlovats i EFK-nytt. Det enda som inte var bra var orienteringsterrängen och även om mina reskamrater utlovade att det blir bättre 2025 behöver jag nog återhämta mig innan det blir en nästa gång. (Väntar också på en rejäl faktura från hotellet på slutstädning av all lera som vi släpade in).

*Bo-Arne*

## EFK-kalendern april–augusti 2024

APRIL	
21 söndag	Danska mästerskapen ultralang i Gribskov med kortklasser
23 tisdag	Löpträning Gya 17.30 (sista för i år)
25 torsdag	OL-träning Gyavallen
27 lördag	OL-tävling: Kollebergamedeln (OK Kompassen)
28 söndag	OL-tävling: Frostalunken (Frosta OK)
MAJ	
1 onsdag	OL-tävling: OK Älme, medel
2 torsdag	OL-träning sprint, troligen Trollsjön
5 söndag	OL-tävling: Tjörnarpsmedeln (Malmö OK)
7 tisdag	EES 1, Marieholm
11 lördag	Danska mästerskapen sprint och sprintstafett, Fredensborg
14 tisdag	EES 2, Stehag
18–19 lör–sön	Fynsk sprintcup
19 söndag	DM sprint och sprintstafett (OK Kontinent); 78 stifinderløbet, Tokkekøb Hegn
21 tisdag	EES 3, Eslöv
26 söndag	Lundasprinten
30 torsdag	EFK träningsavslutning
JUNI	
1–2 lör–sön	Sjællandssprinten, Køge och Næstved
4 tisdag	Lilla 5-dagars etapp 1, Rävetofta OK
11 tisdag	Lilla 5-dagars, etapp 2, Malmö OK
13 torsdag	Lilla 5-dagars, etapp 3 Lunds OK
14–16 lö–sö	Tre skåningar och en dansk
18 tisdag	Lilla 5-dagars, etapp 4, OK Silva
19 onsdag OBS!	Lilla 5-dagars, etapp 5, OK Kontinent
19–22 må–to	SkOFs stora sommarläger
23–25 fre–sö	3-dagars, Odsherred
25 tisdag	Malmö parktur etapp 1
JULI	
2 tisdag	Malmö parktur etapp 2
6–7 lör–sön	Vikingedysten, Sønderjylland
9 tisdag	Malmö parktur etapp 3
12–15 on–lö	Skaw-dysten
16 tisdag	Malmö parktur etapp 4
15–16, 17 må, ti, tor	Österlens 3-kvällars, Andrarums IF
22 lördag	Bagheera cup (SkOF-lag)
23 tisdag	Malmö parktur etapp 5
21–27 sön–lör	O-ringen 5-dagars, Oskarshamn
30 tisdag	Malmö parktur etapp 6
AUGUSTI	
3 lördag	Kristinas bakgårdsultra (Lunds OK)
6 tisdag	Malmö parktur etapp 7
13 tisdag	Malmö parktur etapp 8
17 lördag	Träningsupptakt EFK. Plats meddelas senare)
18 söndag	OL-tävling: Hjärnarps OL, medel
20 tisdag	OK Kontinent parktur, etapp 1
24 lördag	DM medel (Lunds OK)
25 söndag	DM stafett (Lunds OK)
31 lördag	Sjællandsmästerskapet (SM) lang i Gribskov

Uppdatera er på [Eventor och orientering.dk](https://eventor.ochorientering.dk)! Nästa manusstopp 20 augusti! Trevlig sommar!