

LÖVET

Medlemstidning för Lunds OK Nr 2 2008



SARA

Dubbel Europamästarinna!!

LUNDS OK

Postadress

Box 2119, 220 02 Lund

Klubblokal

LOK-stallet, Lögarevägen, Dalby

Telefon

046-20 16 39

Postgiro

24 90 63-9

Ordförande

Christer Ljungquist 046-14 39 89

Tävlingsanmälare

Torill Svendsen 046-579 75

Ungdomsledare

Ing-Britt Swedenborg 046-12 57 91

Uthyrning av LOK-stallet

Peter Hedberg 046-551 10

Klubbens hemsida

www.lundsok.se

Distributionsansvariga, Lövet

Helge Helmersson 046-14 31 22

Ingemar Svensson 046-14 34 76

Adressändringar

Sedney Hugosson Långgatan 5,

240 10 Dalby 046-20 07 88

sedney.hugosson@telia.com

Från redaktionen

Förra numret av Lövet trycktes i färg men av ekonomiska skäl går vi nu tillbaka till svartvitt. Tyvärr är tillströmningen av material ganska måttlig så vi upprepar vad som tidigare sagts: skicka gärna in små berättelser om upplevelser i Ol-spåret som du vill dela med andra så att vi får fram ett bra julnummer!

Redaktion:

Claes Göran Green claesgoran.green@telia.com 040-96 74 81

Olof Ståhl olof.stahl@tetrapak.com 046-20 93 54

Ingela Andersson

Hösten 2008 med LOK:s ungdomar

Under hösten har det som vanligt varit full fart på våra ungdomar. Vi har haft stor aktivitet på våra tisdagsträningar och sista gången för hösten (14/10) vi tränade ute vid Stallet var det ca 50 ungdomar som trotsade mörkret! De som var med den kvällen uppmärksammade kanske att vi firade med tårta. Visst var det lite avslutning men framför allt firade vi att vi under året varit Skånes bästa ungdomsklubb i ungdomsseriens elitserie, samt att vi lyckades vinna ungdomscupsfinalens A-final på Kullaberg i mitten av oktober.

FEMDAGARS

Det var många av våra ungdomar som var med i Sälen i somras och sprang ett fantastiskt 5-dagars. Härlig fjällterräng och ett sagolikt sommarväder tror jag ingen var missnöjd med. Att sedan de flesta var ganska ovana vid terrängen gjorde att det varierade i resultatlistorna, men alla blev flera erfarenheter rikare. Allra bäst av ungdomarna lyckades Pim Hedberg som blev 9:a i D12. Jenny Bredfelt blev 10:a i D10 och Åse Dannbring spurtade till sig en 12:e plats i D12. Anna Bredfelt blev också 12:a i D16 och Karin Bredfelt blev 23:a i D14-2.

GM

Direkt efter 5-dagars var det dags för Götalandsmästerskapen (GM) i Blekinge. Lucas, Anna, Karin och Erica var uttagna. Tyvärr gick det inte att hitta resultaten på nätet längre men om jag inte minns fel sprang de bra allihop på lördagens individuella tävling och Anna var sedan med i det Skånelag som blev trea på söndagens stafett.

DM

Vi har också kunnat glädja oss åt många fina resultat på årets DM-tävlingar.

På medel-DM blev det seger för

Jenny i D10 och Anna i D16. Cecilia var 4:a i D10 och Ida i D12.

På Lång-DM tog Jenny åter en seger i D10 där Cecilia tog en fin tredjeplats. Anna var 2:a i D16 och Marica var 2:a i D12.

På stafett-DM hade vi åtta ungdomslag. I HD10 var Jenny och Johan 2:a I D12 vann Åse, Johanna och Pim medan Marica, Clara och Malin blev 3:a. I H12 blev Carl R, Anton, Jonas och Nisse 4:a och i H16 blev Lucas, Sture och Calle också 4:a.

UNGDOMSSERIEN

Under hösten har vi sprungit tre deltävlingar i ungdomsserien. Vi har varit ganska många på alla tävlingarna och vår slutliga seger har aldrig varit direkt hotad. Vi får hoppas att de andra klubbarna blir sporrade att satsa ännu mer så att vi inte blir för kaxiga.

På årets sex ungdomsserietävlingar räknar man även individuella poäng för att slutligen kora årets bästa i respektive klass. Pokaler och medaljer delas ut till de tio främsta i varje åldersklass i samband med U-natta i oktober. I år hade vi följande ungdomar bland de tio främsta:

D10: Jenny 1:a, Klara G 6:a, Cecilia 7:a
D12: Pim 2:a, Åse 3:a, Marica 7:a, Malin 10:a

D14: Erica 8:a, Karin 9:a

D16: Anna 2:a

H10: Alfred W 9:a, Oskar 10:a

H12: Carl R 10:a

USM

I slutet av september fick Lucas och Anna åka och springa USM. De gjorde riktigt bra ifrån sig. På lördagens individuella tävling slutade Anna 18:e i D16 och Lucas 36:a i H15, det var bra jobbat i stenhård konkurrens från hela landets bästa ungdomar.

På söndagen förde Anna efter ett jättebra lopp Skånes 1:a-lag till en 16:e plats endast 44 sekunder från andraplatsen. Lucas sprang kanonbra på förstasträckan och växlade där ut Skånes 2:a-lag endast 1.39 efter ledaren på en 13:e plats, bara 13 sekunder från andraplatsen. Laget slutade sedan på en 39:e plats. Det var 114 lag som startade. Tävlingarna gick i Söderhamn.

KRETSAVSLUTNING

Samma helg som USM arrangerade vi själva kretsavslutning med stafett uppe vid Kullatorpet. När anmälningstiden gick ut visade det sig att ingen av de andra klubbarna i kretsen hade fått ihop lag så det var bara LOK-lag anmälda. Vi gjorde då om arrangemanget till en klass och bjöd



*Bronsmedaljörer vid kretsavslutningen:
Jenny Bredfelt, Pim Hedberg och Saga Celander*



*Segrare vid kretsavslutningen:
Carl Rämmal, Hampus Ågren och Ossian Gewert*

in föräldrar att springa också. Malmö OK efteranmälde ett lag och till slut var det tolv 3-manna lag som startade. Det var till slut ett LOK-lag som segrade. Ett killag med Ossian, Hampus och Carl R vann knappt för Malmölaget och ett tjejlag med Saga, Jenny och Pim blev trea.

BALTIC CUP

I början av oktober var Anna tillsammans med Sanna med och representerade Skåne-Blekinge-Halland i Baltic Cup som gick i Nybro.

UNGDOMSCUPER

På årets ungdomscuper, som arrangeras kretsvis, samlar man poäng för att kvalificera sig till ungdomscupsfinalen. De klubbar som vunnit sin krets eller samlat mycket poäng får springa i A-finalen. De senaste två åren har vi vunnit A-finalen, senast förra året då vi själva stod för arrangemanget. Då var vi ca 50 st som var med och sprang, i år var vi 30 st. till stor del beroende på att det är lite längre att köra till Kullaberg. På morgonen innan tävlingen kände vi oss därför inte alls säkra på någon seger, Helsingborg var många och Skåneslätten har ju dykt upp som en giftig konkurrent. Efter flera kontrollräkningar av poängen kunde till

slut resultaten offentliggöras, och det var mycket glada LOK-ungdomar som fick gå upp på prispallen och trängas för att få tillbaka den stora pokalen! Och vi ledare var minst lika glada ska tilläggas!

U-NATTA

Efter ungdomscupsfinalen arrangeras något som heter U-natta. Det är övernattnings för alla ungdomar med prisutdelning på kvällen för ungdomsserien och sen allmän samvaro och olika aktiviteter. Vi var 27 ungdomar och 4 ledare från LOK som deltog. Efter prisutdelningen var det en trollkarl som bjöd på lite trix och sen var det nog simhallen som lockade de flesta, förutom pingis och nattfrisbeegolf, eller bara träffa sina kompisar från andra klubbar.

U-natta var i år förlagd till Högnäs.

7-MANNA

Efter en natt i gymnasal med lampor som tändes p.g.a. rörelsedetektorer (det gick att åtgärda med hjälp av en trampett och en jacka.) var det dags för Ungdomens 7-manna. En stafett med, som namnet antyder, sju sträckor. Förra året lyckades vi vinna men från det laget saknades tre personer som bland annat fallit av då de blivit

juniorer. I år hade vi ett betydligt yngre förstalag och även andralaget var ganska ungt vilket medförde att en del som fick ta lite tuffare sträckor än vanligt. Nu ville det sig inte bättre än att förstalaget råkade stämpla fel redan på första sträckan. Men vi var i gott sällskap då 11 av de 20 lagen till slut var diskade för felstämplingar eller tappade brickor. Skåneslätten vann men vi hade nog kunnat kriga om andraplatsen, men vi kommer igen till nästa år! Det är bara Anna

som inte kan vara med då eftersom hon blir junior. Andralaget kämpade bra och gjorde bra lopp allihop. Åse sprang bra på första sträckan, Malin gjorde en kämpainsats på den ganska tuffa orange banan på sträcka 4 som var över 4 km och alltså både längre och svårare än en D12-bana. Calle fick gå ut i en omstart på den sista sträckan och kunde bli åtnjuta utsikten från Håkull på slutet av banan. Laget slutade på en 9.e plats.

Nu tar vi en liten paus med ungdomsträningarna på tisdagarna för att sen köra igång inneträningar inne i Lund i mitten av november. På torsdagarna tränar de äldre ungdomarna som vanligt varje vecka. Allt för att vi ska kunna inleda säsongen 2009 så vältränade och förberedda som möjligt. Program som visar vad som händer i höst/vinter hittar ni på klubbens hemsida under ungdomsfliken.

Ny mejllista

Klubben har precis startat en ny mejllista som är tänkt att fungera bättre än den gamla (@topica.com). Alla aktiva i Lunds OK, och de som regelbundet tränar med oss rekommenderas att vara med på den nya listan för att inte missa någon viktig information om träningar, klubbmästerskap, samåkning, klubbester, träningsläger etc.

För att gå med på den nya listan skickar man ett mejl till lundsok-subscribe@googlegroups.com från den adress man vill ha med. Man behöver INTE skapa något google-konto för att gå med på listan. Man kan också skicka ett mejl direkt till Mattias (e.mattias.eriksson@gmail.com) och be att få bli uppsatt på listan.

För mer info och fler sätt att gå med se:
<http://www3.idrottonline.se/templates/Page.aspx?id=205938>

Alla som är medlemmar på listan kan skicka meddelanden till den och det är meningen att vi alla ska hjälpas åt med informationsspridningen. I princip bör allt som kommer upp som nyheter på hemsidan (och mer därtill) meddelas även via den här listan.

Om ni har problem att gå med eller andra frågor kring den nya listan, tveka inte att kontakta Mattias (e.mattias.eriksson@gmail.com eller 0704-169653).

Mattias Eriksson

e.mattias.eriksson@gmail.com

+46 73 6649722 (cell.)

+46 704 169653 (work cell.)

Familjebudkavlen 2008



Starten har gått; längst fram till vänster Johan Andersson, till höger Nisse Swedenborg, bakom skymtar Axel Svenningsson och Jesper Ågren.



Årets vinnare: Andreas, Jonas och Mattias Eriksson.

Resmål 2009

Under höst- och vintermånaderna är det många som funderar på och planerar resor till spännande tävlingar under det kommande året. Här har vi två bra tips: Skotska 6-dagars och WOC 2009 som går i Ungern med Hungaria Cup som parallell publiktävling.

Skotska 6-dagars

Den här tävlingen arrangeras vartannat år och brukar dra ungefär 3 500 startande. Den bjuder alltid på tuff orientering i ett bedårande vackert landskap. Regn brukar vara ett överhängande hot men 2009 finns tävlingsarenorna nära ostkusten och det är Skotlands soligaste landsända. Event centre ligger i Perth, en medelstor stad vackert belägen vid floden Tay och med många historiska minnesmärken - det var här de skotska kungarna en gång i tiden kröntes. Första etappen går den 2 augusti och man tävlar sex dagar i sträck, alltså ingen irriterande vilodag. Terrängtyper är allt från detaljrika hedar och kuperade bergstrakter till barrskogplanterade sanddyner nära kusten. Tävlingscentrum är beläget vid Perths galoppbana alldeles intill de skotska kungarnas gamla slott. Där kan man campa för en billig penning om man inte väljer att ta in på ett guest house i någon av de idylliska byarna runt Perth.

WOC 2009/Hungaria Cup

Världsmästerskapen i orientering äger alltså rum i Ungern nästa år, närmare bestämt i trakterna av Miskolc som ligger ungefär tjugo mil öster om Budapest, vid foten av Bükk-bergen. Tävlingarna startar den 16 och avslutas den 23 augusti. Så här ser programmet ut:

Dag 1 WOC: långdistans, kval

Dag 2 WOC: medeldistans, kval

Dag 3 WOC: vilodag

Dag 4 WOC: medeldistans, final

Dag 5 WOC: sprint, kval och final

Hungaria Cup: Etapp 1, medeldistans, i WOC-terräng

Hungaria Cup: Etapp 2, långdistans, i WOC-terräng

Hungaria Cup: Etapp 3, medeldistans

Hungaria Cup: Etapp 4, sprint

Dag 6 WOC: stafett
Dag 7 WOC: vilodag

Hungaria Cup: vilodag
Hungaria Cup: Etapp 5, långdistans, i
WOC-terräng

Dag 8 WOC: långdistans, final

Hungaria Cup: Etapp 6, medeldistans,
i WOC-terräng

Det gör inget djupt hål i kassan att delta i Hungaria Cup, flygresan till och från Budapest brukar kosta runt 500 kronor, tågresan till Miskolc 150 kronor, boendet på ett panzio drygt 200 kronor per natt och bussresan ut till de olika etapperna cirka 40 kronor per dag. Till detta kommer naturligtvis anmälningsavgiften som går på allt mellan 250 kronor och 600 beroende på vilken klass du tillhör och när du betalar.

European Masters Game 2008

Vid månadsskiftet augusti - september arrangerades för första gången europeiska mästerskapen för veteraner. För värdskapet stod Malmö Stad och Skåneidrotten. Programmet omfattade inte mindre än 27 olika idrottsgrenar, bland dem friidrott, brottning, segling, bågskytte, karate - och naturligtvis orientering. Arrangörerna hade förväntat sig upp emot 10 000 tävlande och anförvanter men det blev bara knappt 3 000. Den mest namnkunnige var kanske dubbla OS-guldmedaljören Gunnar Larsson som inte ställde upp i simning men i såväl segling som golf. Ekonomiskt blev det hela en flopp och det ryktas att förlusten hamnade på runt fyra miljoner kronor.

Orienteringtävlingarna var "utarrenderade" till OK Pan-Kristianstad och omfattade Medeldistans-final (för alla), Långdistans-kval och Långdistans-final. Medeldistansen gick i den där kulliga och detaljrika terrängen vid Gropahålet medan Långdistansen hade sitt TC i Degeberga. Totala antalet startande var 225 från 12 olika nationer. Ukraina hade den största truppen, inte mindre än 40 löpare. Det "hetaste" namnet i OL-spåren var norrmannen Sigurd Dæhli som naturligtvis tog hem segern i sin klass (H55) på båda instanserna. Skåneorienterarna hävdade sig väl. Leif Sandgren från Frosta vann till exempel med god marginal både Medel och Lång. Och en som verkligen gjorde bra ifrån sig var Sara Snogerup Linse, givetvis dubbelsegrare men hon lyckades på Långdistansen med bedriften att i jaktstarten gå ut sist för att sedan springa om alla konkurrenterna och målstämpla först. Segermarginalen var 14 minuter!



Sara högst på pallen!

POÄNGTÄVLINGEN 30/6 2008: TOPP 50

Plac.		Antal tävl.	Poäng
1.	Anna Bredfelt	D16 16	112
2.	Jenny Bredfelt	D10 13	146
3.	Britt Forsell Pirozzi	D60 24	188
4.	Erica Andersson	D14 13	199
5.	Torill Svendsen	D60 19	234
6.	Lucas Wändel	H16 16	242
7.	Pim Hedberg	D12 13	271
8.	Ingemar Svensson	H65 11	286
9.	Sanna Linsefors	D18 13	296
10.	Karin Bredfelt	D14 17	313
11.	Anna Olsson	D21 11	349

Plac.		Antal tävl.	Poäng
12.	Benkt Anderson	H60 14	359
13.	Gudrun Nilsson	D55 9	360
	Fabian Ljungqvist	H35 11	360
15.	Mikael Pihl	H35 15	380
16.	Carl Rämmal	H12 9	405
17.	Rasmus Grönlund	H21 9	429
18.	Åse Dannbring	D12 9	442
19.	Hampus Ågren	H10 8	464
20.	Sara Linse	D45 7	471
21.	Mattias Eriksson	H21 9	515
22.	Andreas Eriksson	H21 13	506
23.	Christine Edenbrandt	D50 7	515
	Marica Andersson	D12 9	515
25.	Anna Sjöström	D18 14	533
26.	Matti Ågren	H10 7	535
27.	Anders Irbäck	H45 9	538
28.	Sven-Erik Forsell	H65 21	549
29.	Ingela Andersson	D45 7	555
30.	Lars Edenbrandt	H50 6	580
31.	Magnus Wändel	H45 10	594
32.	Christer Jönsson	H60 7	608
33.	Kjell Björup	H75 8	621
34.	Barbro Hugosson	D70 11	628
35.	Margareta Sjöberg	D60 11	637
36.	Stina Jeppsson	D18 15	642
37.	Bengt Bergman	H60 5	644
38.	Caroline Ivarsson	D20 9	670
39.	Bo-Anders Nilsson	H55 7	690
	Malin Heyden	D12 8	690
41.	Johan Andersson	H10 9	707
42.	Ander Wallner	H55 7	711
43.	Jesper Ågren	H12 8	712
44.	Jalle Josefsson	H40 6	716
45.	Klara Gewert	D10 5	718
46.	Sture Jeppsson	H16 11	720
47.	Claes-Göran Green	H60 10	734
48.	Matilda Johansson	D20 11	746
49.	Peeter-Jaan Kask	H60 9	758
50.	Oskar Pott	H10 5	761

Nya medlemmar

Berggren	Klas	Björnstorp 711	247 98	GENARP	046-129501	A 04
Berggren	Måns	Björnstorp 711	247 98	GENARP	046-129501	A 01
Berggren	Åsa	Björnstorp 711	247 98	GENARP	046-129501	A 68
Blåe	Erik	Assarhusav. 202	247 36	S. SANDBY		A 96
Bryer	Morgan	Lyftvägen 27	247 55	DALBY	046-209511	A 98
Ekblad	Johanna	Mossavägen 17	247 32	S. SANDBY		A 98
Johansson	Frida	Lögarekroken 13	247 51	DALBY	046-2113299	A 01
Jönsson	Hugo	Kornvägen 38	245 43	STAFFANS- TORP	046-252464	A 97
Mattsson	Tor	Kvarnkroken 19	226 47	LUND	046-130876	A 98
van Meulen	Mark	Ängsgatan 7	247 55	DALBY	046-306405	A 97
Modin	Hanna	Skarpskyttev. 2 B	226 42	LUND	046-2114373	A 81
Nivestam	Håkan	Öståkravägen 20	247 32	S. SANDBY	046-389936	S 61
Nylander	Anja	Dag Hammarskjölds väg 4:A309	224 64	LUND	0709-387013	S 87
Sjöqvist	Alfred	Havrevägen 13	247 55	DALBY	046-209907	A 01
Sjöqvist	Sven	Havrevägen 13	247 55	DALBY	046-209907	S 59
Svensson	Daniel	Kävlinge v. 3 A	222 40	LUND	046-2406572	A 75
Wikfors	Emma	Östervång 48	247 32	S. SANDBY	046-51801	A 99
Åström	Sofia	Planvägen 13	226 47	LUND	046-121411	A 00

Adressändringar

Hammarstedt	Maria	Kollegiev. 112	224 73	LUND	046-133538	A 70
Lindahl	Maria	Slättavägen 16	247 71	GENARP	040-480740	A 77
Nylander	Anja	Dag Hammarskjölds väg 4:A309	224 64	LUND	0709-387013	S 87
Persson	Oskar	Slättavägen 16	247 71	GENARP	040-480740	A 75
Schweitz	Ulrika	Rörstrandsgat. 18	113 40	STOCKHOLM	08-918100	A 73
Tranemyr	Samuel	Hällestad 492	247 95	T-HÄLLESTAD	046-53352	A 73

Föreningsbrev

B

Avs:
Lunds Orienteringsklubb
Box 2119
222 02 Lund



PLATS FÖR ADRESSETIKETT

Nästa manusstopp: 5/12 2008
Utgivning i vecka 50

Vi vill att flera medlemmar skriver i Lövet.
Maila ditt bidrag till: lok_lovet@yahoo.se,
helst som en bifogad Wordfil.

Redaktionen

**SPORT
KLUBBEN**
TEAM SPORTIA

Glöm inte att göra dina sportinköp på Team Sportia i Lund. Butiken ligger i Domushuset vid Märtenstorget. Du får en egen rabatt på 10% på inköp till ordinarie pris gjorda i butiken i Lund och Lunds OK får en bonus på alla inköp.

För att klubben, och medlemmen, skall få rabatt behöver man teckna ett medlemskap i Team Sportias Sportklubb. Medlemskapet är gratis och ger medlemmarna, dock inte klubben, förutom ovanstående rabatt bonus på inköp gjorda i samtliga Team Sportias butiker i Sverige i enlighet med reglerna för Sportklubben.