



EKEN-NYTT

juli 2006



Viktiga datum, möten, mm:

Lö 12 aug Eget arrangemang. Ungdomsstafett
Stefan W. Minne + medeldistans
Må 14 aug Styrelsemöte kl 18.30. Kom ihåg,
öppet möte, dä' ä' bare o komme,
och rapportera i tid.

Viktiga datum, tävlingar:

Anmälan On Line minst 14 dgr före tävlingen.

4 - 7 juli Veteran-VM i Österrrike.

(Här har P-I nästan 400 konkurrenter i H65)

11 - 12 juli Tjust 2-dagars

16 - 22 juli 5-dagars i Hälsingland. Från oss
deltar Holger, Torgny, Anders o Inga-Britt Rask.

29 - 30 juli Veteran-RM i Bjärnum

27 - 29 juli Hällens 3-dagars

On 2 aug OK Denseln medel (fd kort)

5 - 6 aug LOKs 43-kavle. Preliminärt ska an-
mälas 3 lag i HD60 och 1 lag i H55 och det till-
sammans med Björkfors och Kisa. Inget lag i H43
lyckas vi få ihop. Tävlingen går i Finspång.

Fr 11 aug Boxholm OK, natt

Sö 13 aug Boxholm OK

Sö 20 aug Tjalve, lång

Fr 25 aug Finspång, natt-DM

Sö 27 aug IFK Linköping, DM lång

Finns intresse att köpa mjölkkor..??

Då ska du ge dej av till Nord- eller Sydkorea och
köpa dom, för där har dom korea...

Eken-Nytt via Hemsidan?

*Flera medlemmar ta'rt nu den vägen och därmed
minskar distributionsarbetet. Roger Asph gör ett
påminnelsegruppmejl, efter det han hemsidat in
Eken-Nyttet, till dom som 'ä mä`.*

Vid OK vv meddela mej(l).

Per-Inge

Banläggare på tisdags-OL hösten 2006

Pelleminärt. Diskussioner pågår med Björkfors och Kisa
om fortsatta gemensamma träningar. Ett förslag kan va'
att Björkfors och Kisa lägger sina träningar på torsdagar
för att få OK Ekare att springa där

8/8 Per-Inge

15/8 Thomas

22/8 Torgny

29/8 Rasks

Veteranorienteringar i höst:

17/8 Motala AIF.

31/8 Tjällmo

14/9 OK Motala

28/9 OKS Ljungsbro

12/10 IFK Linköping

26/10 Mjölby OK

9/11 Linköpings OK

Kartrapport

Kartområdet Halleholm-Dalsjön till LOKs 43-
kavle nästa år är nu färdigrekat ute i busken.
Justeringar kommer att göras i samband med
banläggningen.

Magnus Jönsson, gymnastiklärare på Långbrots-
skolan, har kontaktat oss och vill att vi reviderar
skolgårdskartan där plus att vi ur nuvarande
Halleholms-Eksätterskartan "klipper ut" ett lämpligt
område vid/nordöst om Eksätters villa/ hyreshus-
område. Lämpligt är att kartorna kan komma till
användning tidigt våren 2007

Naturpasset är nu lanserat. Det är 15 kontroller
uppsatta i Humpa och 15 st i S:a Botorp. Kontrol-
lerna är våra miniskärmar och ska vara uppsatta 1/6
till 31/8. Försäljning a' 40 kr/paket via, Per-Inge,
Turistbyrån, (Partner Tech?, fler ställen?) Köp ett
paket, träna kontrollplockning när du har tid, ut-
märkt tillfälle att undervisa nybörjare, osv.
Meddela P-I om kontroller saknas.

Må 28/8 kl 14-16 har vi chansen att visa upp vår
klubb och våra kartor mm i samband med en ut-
ställning vid Facettens cafeteria. Syftet med ut-
ställningen är att visa dom nya gymnasieeleverna i
årskurs 1, som då varit här i en vecka, vilka
föreningar mm som finns i Åtvid och vad före-
ningarna kan erbjuda.

OK Ekens e-post-adress: ok-eken@bredband.net Hemsida: <http://hem.bredband.net/oeken>

On Line: www.svenskidrott.se/e/oeken

Nästa utgåva av Eken-Nytt utkommer vid månadsskiftet juli/aug. Manusstopp to 27 juli.

Material önskas pr mail till: svensson.per-inge@telia.com, eller efter ö.k.

Medlemskap kostar 100 kr/ o.m. 16 år, 250 kr/familj. Inbetalning pg 510913-7. Bankgiro 367-9206

<p>Datum: 2006-05-30 Resultat från träningsorientering OK Eken S:a Botorp Banläggare: Bertil Johansson</p> <p>Bana A 6200 m</p> <p>1 Thomas Persson 44,03 2 Lasse Bohlin 58,00 3 Hans Ax 75,00 4 Per-Inge Svensson 89,00</p> <p>Bana B 4100 m</p> <p>1 Anders Rask 51,05 2 Malin Petersson 52,45 3 Holger Persson 58,00 3 Leif Johansson 58,00 5 Stig Johansson 75,00</p> <p>Bana C 2900 m</p> <p>1 Allan Bengtsson 42,00 2 Paulina Gustafsson 65,00 2 Gabriella Gustafsson 65,00</p> <p>Bana D 2120 m</p> <p>1 Sarah Persson 43,00 2 Johan Sjöberg 44,00 3 Anna Karlsson 62,00 4 Elina Jigered 67,30 4 Cajsa Johansson 67,30 6 Carolina Rönnbäck 80,30 6 Victor Rönnbäck 80,30 Linus Emmoth DELTAG Lisa Johnsson DELTAG Stig Emmoth DELTAG Lena Emmoth DELTAG</p>	<p>Datum: 2006-06-13 Resultat från träningsorientering OK Eken S:a Botorp Banläggare: Holger Persson</p> <p>Bana A 6100 m</p> <p>1 Thomas Persson 45,00 2 Lasse Bohlin 60,00 3 Torgny Johansson 77,00 4 Per-Inge Svensson 88,00</p> <p>Bana B 4130 m</p> <p>1 Malin Petersson 77,00 2 Leif Johansson 78,00 3 Stig Johansson 90,00 Bertil Johansson DELTAG Thomas Winberg DELTAG</p> <p>Bana C 1800 m</p> <p>1 Arne Mårtensson 18,00 2 Linus Emmoth 49,00 2 Lena Emmoth 49,00 Torbjörn Pettersson DELTAG</p> <p>Bana D 1400 m</p> <p>1 Elina Jigered 27,30 1 Cajsa Johansson 27,30 3 Rasmus Jigered 29,00 4 Ida Mårtensson 31,15 5 Sarah Persson 35,00</p>	<p>Finska Jukolakavlen – världens största stafett Här blev Denseln, med bl.a. vår Thomas Persson sensationellt 11:e lag av inte mindre än 1300 lag. Bästa svensklag blev Södertälje-Nykvarn med en 4:e-plats. Linköpings OK gjorde också en strong insats genom att få in första- och andralaget bland dom 100 bästa, 54:a resp. 95:a. OK Eken kom...??.hade inte ett enda lag där.</p> <hr/> <p>Orientering passar perfekt in på profilen för friska Det kan vi faktiskt tacka f.d. president Bill Clintons fru Hillary för som tog initiativet. För att få friskare amerikanare gjordes en studie i att hitta friskfaktorer istället för att hitta riskfaktorer för att inte bli sjuk. <u>Det här är dom viktigaste friskfaktorerna:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fysisk aktivitet. 2. Den fysiska aktiviteten ska vara fritidsbaserad. 3. Man ska vistas utomhus. 4. Aktiviteten ska även vara stimulerande för intellektet. 5. Det ska finnas en social dimension i aktiviteten. <p>Personer som uppfyllde de här fem kriterierna var klart friskast i studien.</p>
--	--	---

Budkavle Stefan Wallbergs Minne lö 12 aug 2006.

Tävlingsledare

Anders Karlsson 35695

Parkering

Torbjörn Pettersson 070-3441829 ansv

Agne Jonsson 14957

Ingemar Larsson 14203

Mathias Johansson 13780

TC/Material/El

Leif Johansson 15458 ansv

Stig Johansson 13953

Sten Johansson 13183

Lars Bogren 14050

Start/Växel

Lennart Haraldsson 13513 ansv

Anna Karlsson 32030

Helene Enström 10055

Lars Bohlin 12690

Bo Andersson 13949

Lennart Herge 12654

Gunwar Berglund 12974

Banläggning

Thomas Persson 60303 ansv

Torgny Johansson 14427

Holger Persson 12967

Dusch/WC

Karl-Axel Karlsson 10734 ansv

Marka

Karl-Axel Karlsson 10734 ansv

Elisabeth Österberg 12070

Birgitta Karlsson 10734

Britt-Marie Wetterhall 12454

Sekretariat/Resultattavla

Anders Enström 10055 ansv

Oskar Johansson 15101

Hans Ax 15326

Mikael Johansson 15101

Priser/Utdelning

Per-Inge Svensson 12406 ansv

Speaker/Radio

Pär Eriksson 32061 ansv

Eva-Lena Frick

Marie Eriksson 32061

Johan Eriksson 32061

Erik Österberg

Mål

Nils-Erik Wetterhall 12452 ansv

Sylvia Pettersson 35644

Ingela Fagberg 35695

Till O-Ringen 2007 i Mjölby

pågår rekrytering av personal för fullt. Personalansvarig är Boel Johnsson från Norrköping. Vi i Eken, Björkfors och Kisa har hittills preliminärt tilldelats områdena vätskeutdelare och viltavdrivare. Vv planera redan nu för om du kan ställa upp i Mjölby 22-27 juli 2007. Anmäl att du kan ställa upp till Lasse Bohlin och det går också bra att anmäla till mej (P-I).

O hör ni ni ni, "ha de" i sommar