TriangelTaiM

Medlemsorgan för IFK Tumba SOK, Mälarhöjdens IK orienteringssektion och Tumba-Mälarhöjden OK

25mannafunktionärer i gula västar

NR: 4, 2007

TMOK

Styrelsen

Ordförande	Micke Hill	532 540 01
Kassör	Ulrik Englund	618 15 01
Sekreterare	Annica Sundeby	654 46 12
Ledamot	Joakim Gunnarsson	420 340 92
Ledamot	Tomas Holmberg	530 304 73
Ledamot	Conny Axelsson	530 362 16
Suppleant	Thomas Eriksson	530 395 34
Suppleant	Stefan Fredlund	530 320 31
Suppleant (v ordf)	Fredrik Huldt	531 731 66
Suppleant	Staffan Törnros	646 16 32
Adjungerad	Pär Ånmark	530 345 86

TTK (Tränings/TävlingsKommittén)

Ansvarig	Annica Sundeby	654 46 12
Träning	Johan Eklöv	530 334 53
Ledamot	Emma Englid	532 506 52
KTK-ansvarig	Thomas Eriksson	530 395 34
UK	Lars Stigberg	530 344 95
UK	Karin Skogholm	778 82 56
UK	Per Forsgren (f d Samuelsson)	99 37 15
UK	Lars Strid	0158 123 84
UK H35+	Mats Käll	778 87 58

Ung-Kommittén

Ansvarig	Elsa Törnros	420 340 92
	Mats Käll	778 87 58
	Jenny Asztalos	530 688 44

OL-Skytte-ansvarig

Ansvarig	Tor Lindström	532 532 17

FIK (Fest/InformationsKommittén)

Ansvarig	Joakim Gunnarsson	420 340 92
	Mattias Allared	778 82 56
	Hemsida	http://www.tmok.nu

Arrangemangskommittén (under uppbyggnad)

	Fredrik Huldt	531 731 66
	Lennart Hyllengren	532 532 08
	Lars Stigberg	530 344 95
	Pär Ånmark	530 345 86

Postgiro

Tumba-Mälarhöjden OK 1974576-9

Kassörens adress:

Tumba-Mälarhöjden OK
c/o Ulrik Englund
Kronobergsgatan 15, 5tr.
112 38 Stockholm

TriangelTajM

Redaktionen	Annica Sundeby	654 46 12
	Helen Törnros	646 16 32
	Emma Englid	532 506 52

E-postadress: triangeltajm@hotmail.com

Distribution: Staffan Törnros 646 16 32

Preliminära manusstopp 2008:

Nr 1	24 feb
Nr 2	15 maj
Nr 3	15 aug
Nr 4	31 okt

Omslagsbilden visar Terese Eklöv, Annica Sundeby, Anders Karlsson, Emma Englid och Anders Boström

Innehåll:

Redaktionens spalt	3
Styrelsens spalt	4
Tumbasidan	5
Årsmöteskallelser	6
Naturpasset	9
25manna	10
SM	22
Halikko	24
KM	26
Från ungdomsledarna	30
Handslaget	34
Harbrofajten	36
UngdomsTriangeln	37
Orienteringsskytte	48
Vinterserien	52
Anslagstavlan	53
Prispallen	54
Fundrarn	55
Städning av Harbrostugan	56
Värdpar	57
X:et	58

Redaktionens spalt

Den här hösten har för många dominerats av 25manna. Jag vågar inte räkna ut hur många timmar jag själv har lagt ner och det finns de som har jobbat ännu mer. Vi kan alla vara stolta över att vi lyckats genomföra ännu ett utmärkt arrangemang. Ni kan förstås läsa ett fylligt reportage om tävlingen i det här numret.

Glädjande nog har vi nu fått igång en ungdomsavdelning ”Ungdoms-Triangeln” igen. Ett antal bidrag har kommit in både från ungdomar, men också från deras ledare.

Något annat ni kan läsa om är de två avslutande klubbmästerskapen och hur det gick i KM-cupen.

Som vanligt har våra OL-skyttar varit framgångsrika under året, vilket Terese har skrivit en artikel om.

Det dröjer länge innan det blir några nya tävlingar nu. Det gäller att motivera sig för att träna för att vara i bra form till våren. Klubben har ett digert träningsprogram som alla kan vara med på. En nyhet är att vi tränar i Vårbergsskolan på tisdagar. Löpträning följt av styrketräning och innebandy står på programmet. Glöm inte heller bort Vinterserien som börjar i januari.

Inbjudningar till nästa års årsmöten finns också med i tidningen. Planerna är att genomföra TMOK:s årsmöte i samband med en TMOK-dag och årsfest i mitten av februari. Följ med på hemsidan för att få den senaste informationen.

25manna har dominerat hösten

Hemsidan står det inte något särskilt om i det här numret, men vi hoppas att ni sett att vi numera har en ny hemsida, www.tmok.nu Samma adress men nytt innehåll. Klotterplank och kalender finns förstås kvar, men nu finns även t ex ett bildarkiv. Mattias kommer att fortsätta utveckla hemsidan, som numera är vår viktigaste kommunikationskanal.

Redaktionen beklagar att det här numret blivit kraftigt försenat. Det beror främst på att vi har haft lite för mycket att göra med annat. Det skulle vara bra att få ytterligare personer till redaktionen. Är du intresserad av att bidra på något sätt så hör av dig.

Redaktionen genom Helen

STYRELSENS SPALT

Redaktionen hade som vanligt reserverat en sida till TMOK:s ordförande. Men inget bidrag har inkommit så det blir sekreteraren Annica som får skriva några sammanfattande rader i sista stund.

Det är en mörk och regnig söndagskväll när dessa rader skrivits. Almanackan säger första advent, men det känns inte riktigt så när man tittar ut. Undertecknad har haft förmånen (??) att tillbringa ett antal veckor i nästa års Jukola-ort, det vill säga Tammerfors. Där är det mysigare väder, - 5 grader, snö och sånt där underbart knarr under fötterna när man går.

Men nu när vi ändå inte har någon snö, hoppas man kanske att det inte blir någon snö innan Lucia. 12 december ordnar ju TMOK natttävlingen Mila by Night vid Harbro. Men sen… Vid bra väderlek är ju skidspåren i Harbro-Lida-terrängen fantastiska att sträcka ut skidstegen på.

Förutom Mila-arrangemanget är ju orienteringsåret i princip slut. Vi kan se tillbaka på ett år med DM-guld i seniorklass (grattis till Karin Skogholm och Diana Sarmiala!), stora framgångar på SM och VM i ol-skytte samt en nytändning i ungdomsverksamheten. För TMOK som klubb är det ju största som hänt detta år, succéarrangemanget av 25manna. Alla ni som lagt ner otaliga timmar i tysthet, sug åt er, det blev en kanonhelg! Men ett sådant stort arrangemang suger ju mycket krafter från övriga klubbarbetet. I viss mån har detta även gällt det ordinarie styrelsearbetet. Årets styrelse är ju på vissa sätt annorlunda sammansatt än tidigare TMOK-styrelser. Tidigare utgjordes styrelsen av respektive sammankallande i TMOK:s olika kommittéer. I år består styrelsen av ledamöterna i moderklubbarnas styrelser, allt för att förenkla och föra klubbarna närmare varandra. Personligen tror jag på detta sätt, men vissa barnsjukdomar har vi ju haft. Det är inte längre självklart hur informationsflödet från respektive kommitté ska gå till.

Detta är en av anledningarna till att vi slår på stora trumman och bjuder in alla medlemmar till TMOK-dag 16 februari. Vi ska umgås, ha trevligt (och på kvällen vankas ju årsfest!!), men planen är även att ha diskussioner om vad vi vill med vår klubb. Hur ska verksamheten bedrivas? Vad ska vi satsa på? Hur ska vi bli fler? Hur ska verksamheten finansieras? Och så vidare. Tänk gärna till hemma på kammaren (eller ute i skidspåret!). Vad vill du ha ut av TMOK 2008?

Det är ju vi medlemmar som är TMOKs verksamhet. Vi håller på för att vi på ett eller annat sätt känner passion för orienteringssporten. Snart är det nytt år, nya tag. Tänk till vad kan just du bidra till i vår verksamhet? Det måste finnas fler klubbmedlemmar som engagerar sig i klubbens verksamhet. Tveka inte att tacka ja till ett uppdrag i styrelse, kommitté eller enskilt arrangemang. Är vi många som hjälps åt, blir det inte så betungande för någon av oss.

God jul och gott nytt ol-år
önskar TMOKs styrelse genom
sekreterare Annica

Från IFK Tumbas horisont

Nu börjar 2007 närma sig slutet. Det har varit hektiskt för många av oss med tanke på 25manna. Det blev ju en fantastisk tävling och ett stort tack till alla som ställde upp och jobbade. Jag vet att det var ett flertal som inte fick många timmars sömn den helgen.

När vi nu är inne på arrangemang så blir nästa lite större arrangemang den 19 april med arena på Hacksjö-banan. Thomas E och Micke H håller på med banläggningen. Vi är också ansvariga för en Mila By Night i december och en vinterserie i mars.

Olle ska ta över ansvaret för Naturpasset från Håkan

Naturpasset är avslutat för säsongen och tack till alla som hjälpt till med att genomföra detta. Ett särskilt tack till dig, Håkan, som nu efter många år bestämt dig för att trappa ner. Nästa år blir Olle Laurell tillsammans med Håkan huvudansvarig för att sedan Olle ska kunna ta över ansvaret från 2009. Nästa års områden blir Harbro/Brantbrink/Lida och Söderby/Mölle.

Våra orienteringsskyttar har fortsatt sitt framgångsrika tävlande på SM i Sandviken och på öppna Danska i Ulfborg där Johan säkrade totala världscupen och våra juniorer lade beslag på topp tre platserna båda dagarna.

IFK Tumbas hemsida är nu uppdaterad med aktuella uppgifter.

Snön har ju börjat komma och jag har fått uppgift om att Lida ska satsa lite extra på att köra konstsnö i år ”om vädret tillåter”, så skidsäsongen kan kanske bli riktigt bra. Själv var jag och Jette uppe och premiäråkte i Orsa Grönklitt helgen den 10 november, strålande sol och 2 mil fina spår, det ni.

Föresten, angående skidåkning så är ju bakhalt ett problem därför uppmanar jag nu er att skicka in era bästa recept mot bakhala skidor. Jag är säker på att TriangelTajm-redaktionen ställer upp med en extra Baksida för dessa recept med hemkokta vallor eller vad ni nu tänker föreslå.

Conny

Kallelse till årsmöte för

Mälarhöjdens IK Orienteringssektion

Tid: Onsdagen den 13:e februari 2008 kl 19:00
Plats: Klubblokalen på Puckgränd i Västertorp.

På årsmötet kommer sedvanliga årsmötesfrågor att behandlas, t ex val av styrelse, budget och verksamhetsplanering. Dessutom kommer Tage Thells minnespris för 2007 att delas ut.

Välkomna!
Styrelsen

IFK Tumba Skid- och Orienteringsklubb kallar härmed till årsmöte

Dag: Lördagen den 16 februari 2008 kl 15:00
Plats: Harbrostugan

På årsmötet kommer sedvanliga årsmötesfrågor att behandlas inkluderande val av styrelse, budget och verksamhetsplanering samt fastställande av medlemsavgifter.

Det är därför viktigt att Du som medlem kommer på årsmötet för att där påverka den framtida inriktningen av verksamheten.

Medlemmars förslag till ärenden att behandlas på årsmötet skall vara styrelsen tillhanda senast en månad före årsmötet

Väl mött
Styrelsen

Tumba-Mälarhöjden OK:s medlemmar kallas härmed till

ÅRSMÖTE

Dag: Lördagen den 16 februari 2008 kl 16:00
Plats: Harbrostugan, Tumba

Varje medlem äger rätt att inkomma med motioner till årsmötet. Stadgarna föreskriver att motionerna skriftligen skall ha kommit styrelsen tillhanda senast 28 dagar före årsmötet.

Samtliga berättelser, verksamhetsplan, budget samt inkomna motioner med styrelsens yttrande kommer att finnas tillgängliga för medlemmarna på hemsidan senast en vecka före årsmötet.

Vi sätter stort värde på att just du deltar i mötet!

Styrelsen

Anmäl dig!

Vi efterlyser styrelseledamöter och andra funktionärer till alla tre klubbarna.

Gör vårt jobb lättare och tala om vad just du kan tänka dig att jobba med i klubben nästa år. Ju fler som tar på sig en uppgift, desto mindre jobb blir det för var och en.

Kontakta någon i valberedningarna
Mälarhöjdens IK – Diana Sarmiala, Helen Törnros
IFK Tumba SOK – Johan Eklöv, Monika Nygren, Lars Stigberg

Valberedningen

TMOK-dag

Äntligen blir det en TMOK-dag igen.

Boka in lördagen den 16 februari för en riktig klubbdag.

Diskussion, föredrag, träning, prisutdelningar följt av årsmöte och årsfest. Styrelsen och arrangerande FIK-kommittén hoppas på ett rejält avstamp inför säsongen 2008! Förhoppningsvis ska årets upplägg locka fler deltagare även till årsmötet, som hålls kl 16.00.

Följ med på hemsidan så får du veta allt när det börjar närma sig.

TMOK årsfest

Efter några års uppehåll så ska det ordnas en årsfest igen. Alla medlemmar i TMOK, gamla och unga, elitlöpare och motionärer uppmanas att delta! Vad blir det mer än middag? FIK-kommittén är hemlighetsfull, men vem vet? Kanske blir det tävlingar och uppträdanden? Och dans så klart!

Boka in kvällen 16 februari.

Festen kommer att hållas samma dag som årsmöten och TMOK-dagen så boka redan nu in den kvällen.

NATURPASSET 2007

Under fyra månader från i maj har funnits möjlighet att leta efter orienteringsskärmar samtidigt som man plockar blommor, bär och svamp. Det har funnits två olika områden att välja mellan, Brosjön-Kassmyra och Salem-Rönninge.

Vi har sålt 320 naturpasspaket och 75 ifyllda starkort har inkommit till oss, nästan alla med 45 besökta kontrollpunkter och dessutom många med positiva kommentarer till vårt arrangemang. Förhoppningsvis har de flesta köparna haft många sköna stunder i skogen, även om inte alla kontroller besökts. Medelåldern är ganska hög men det finns även ”ungdomar” i 25-årsåldern som genomfört Naturpasset. Plats för värvarjakt? Kanske aktiva ämnen eller ledare?

Fem ”vinnare” får chansen att deltaga i Orienteringsförbundets utlottning av fjällveckor på Idre fjäll, värde cirka 4.000 kr. Dessutom lottar vi ut några egna presentkort och ett antal Trisslotter. Fullständig vinnarlista finns på vår hemsida: www.svenskidrott.se/a/ifktumbasok_ol. Enkelt att hitta för alla: bara 36 tecken. På hemsidan kommer senare info om 2008.

IFK är i år tvåa på försäljningslistan inom Stockholm och för närvarande 17:e på Sverigelistan när 173 klubbar redovisat. Sök SOFT:s hemsida och klicka på Naturpasset.

TACK och GOTT NYTT ÅR önskar
Håkan Allinger,
naturpassansvarig

Till minne

Två gamla IFK-orienterare som ej varit medlemmar på senare år har avlidit.

Errki Juurinen, född 1922, arbetade på Alfa-Laval och var aktiv orienterare och styrelsemedlem kring 1960. Senare var Errki mycket verksam som kassör i Harbrokommittén under många år (11?) när vi byggde ut Harbrostugan och vid den stora branden 1992. Erkki var vid sin bortgång medlem i Kamratklubben.

Lennart Karlsson, född 1923, var aktiv när undertecknad kom till Tumba och deltog i vårt första Tiomila-lag 1948. Lennart var ingen stor löpare men duktig på orientering. Lennart var under många år sekreterare i friidrottssektion och hans bror KarlErik (Tumba-Kalle) tillhörde Sverigeeliten på 1500 m. Lennarts dotter har sänt oss några gamla medlemskort från 1940-talet, då årsavgiften i huvudföreningen var 2 kr och sektionsavgiften 50 öre. Andra tider, andra värden. Märkligt nog kan jag från mitt sovrumsfönster titta ner på den tomt där Lennart växte upp.

Håkan Allinger

GRATTIS från Håkan

till alla medlemmar i IFK Tumba SOK och Mälarhöjdens IK för en mycket väl genomförd 25manna-orientering.

Enormt många arbetstimmar har ägnats tävlingen under flera år av många olika medlemmar. Lasse Stigberg har varit den drivande tävlingsledaren men många personer har mycket förtjänstfullt bidragit till det lyckade resultatet av arrangemanget. Några fler namn vill jag inte nämna för då missar jag säkert någon viktig kugge. Men jag har några favoriter.
Dagens Nyheter har efteråt haft en bra artikel om Lasse och alla andra ideella ledares insatser, men tyvärr var det inga tidningar som hade något bra referat om arrangemanget. StOF-nytt hade en jättefin flygbild över arenan och även Skogssport hade fina bilder.

Lasse – framgångsrik tävlingsledare

Min insats var denna gång ganska ringa och det sista jag hörde av speakern innan jag lämnade arenan på lördagen var att det var över sjuttio lag som diskats för felstämpling: ”Det måste kollas”. Verkligheten var både värre och mycket bättre. Cirka en procent av deltagarna hade felaktiga (saknade) kontrollstämplar och det innebar tyvärr att över 80 lag blev diskade. Till min förvåning hade endast sex lag (löpare) stämplat vid fel kontroll. Alla andra fel tycks bero på att löparna inte ägnar tillräckligt många sekunder till att stanna vid kontrollerna. Vad göra?
När även topplagen med världslöpare på slutsträckorna blir diskade blir det extra trist.
Tyvärr får arrangören många klagomål för missarna, men ingen i tävlingsledningen vill ha alla dessa diskade lag som oftast beror på de tävlandes hets.

GRATTIS till alla aktiva orienterare som haft stora framgångar under året.

- till segrarna i DM:s seniorklasser bland damerna, Karin Skogholm och Diana Sarmiala.
- till stora internationella framgångar i orienteringsskytte av både seniorer och juniorer.
- till TMOK-aren Sofia Forsgren som två år i rad vunnit SM-budkavlen med moderklubben Skogsfalken från Blekinge.
- till alla andra framgångsrika orienterare i mängder av olika tävlingar
- till övriga medlemmar som aktivt eller som ledare bidraget till ett bra orienteringsår.

GOD JUL och GOTT NYTT ÅR önskas alla medlemmar i våra klubbar av

Håkan Allinger,
hedersordförande i IFK Tumba SOK.

25manna – Vi lyckades!

Vi lyckades först och främst tack vare alla våra fantastiska funktionärer som före, under och efter tävlingen bjussade på tid och kompetens! Vårt grundkoncept "Nära till allt" bidrog säkert till framgången!

Tävlingsledare Lasse i sällskap med Hans Edvall – 25mannageneral

Nöjda gäster

Allt fungerade med några få skavanker. Här kommer några uttalanden:

"Grattis arrangörerna, som gjort ett så bra och kompakt TC. Kan det bli bättre?"

Tommy Wrahme

"Stort tack för att jag fick vara Er VIP-gäst igår! Hade en mycket trevlig dag. Ett imponerande arrangemang och en fantastisk ideell insats, som jag tänker sprida vidare."

Lars Sjöberg

"Eftersom jag höll till i avläsningen så fick jag träffa många deltagare. Inte en endaste en, av vad jag hörde, var negativ till tävlingen. I stället var det flera som tackade för väl genomfört arrangemang."

Karin Näslund

"Tack för ett alldeles fantastiskt arrangemang! Lysande!"
"Jag vill bara hänga på. Kanon!"

Lars Gerhardsson, 10-milabas resp. Lars Forsberg, StOF

"Thank you very much for such a wonderful event and the impressive organizational work you have done! It was a great pleasure to participate!"

Tomas Versinskas, OK Medeina, Litauen

Några negativa kommentarer har vi också fått. Det har handlat om köer i serveringen och i duschen. Flera "skyller" duschköerna på att vattnet var så otroligt varmt och skönt! Det gäller alltså att nå en temperatur som gör att man inte vill stå kvar för länge och inte tycker att man behöver klaga!!!!

Många banderoller skulle sättas upp före tävlingen.

SportIdent

Den stora debatten har tyvärr handlat om felstämplingarna och de många diskade lagen. Låt mig direkt slå fast att man som arrangör inte kan vara nöjd med att drygt vart 4:e lag blir diskat. Av någon anledning har klagomålen i stort sett kommit från våra finska gäster trots att de procentuellt varit minst drabbade! 26 % av de finska, 27 % av de svenska och 46 % av de norska lagen blev diskade. Nästan samtliga beroende på att en stämpling saknades.

Det finns en skillnad i attityden om vi jämför svenska och finska lag. När ett svenskt lag saknar en stämpling så har löparen haft för bråttom (t ex TMOK 2005 och 2006). När ett finskt lag saknar en stämpling så är det fel på systemet (det gäller kanske inte alla). Det beror delvis på att löparen eller vittnen kan ta gift på att både ljus- och ljudsignal erhållits.

Under 25manna gjordes ca 120 000 stämplingar varav ca 100 st inte blev godkända. Systemet fungerade alltså i 99,92 % av fallen. De uteblivna stämplingarna var dessutom spridda

Anders Käll – Arenaansvarig var en viktig kugge i förberedelserna

Mats och Harald hade många kontrollenheter att programmera

på minst 40 olika enheter så det är inga enstaka enheter som fallerat. Kan det vara ett systemfel?

Även om det inte är fel på SportIdent så måste något göras! De två åtgärder som verkar lättast och möjliga att genomföra är att

1. Ta bort pipsignalen (som lätt förväxlas med annan löpares registrering)
2. Använda snabbare pinnar (resurs- och prisfråga)

Vi arrangerar Mila by Night den 12 december och diskussion har förts om vi kan ta bort pipet på prov. Det vore intressant att testa!

En sak är klar, vi måste få slut på kriget mellan Sverige och Finland eller om du så vill mellan SI och Emit!

Bajamajor i långa rader

Den här synen välkomnade alla deltagarna på tävlingsdagen

Förutsättningar

Tillbaka till våra egna insatser som möjliggjorde tävlingen. Anders Winell har lagt ned ett imponerande jobb att få till avtal med markägare, jägare och diverse myndigheter. Alla har varit positiva även om byråkratin slagit till några gånger. En växande problematik finns inom miljö- och livsmedelsområdena. All mathantering måste t.ex. ske på ”hårt” underlag. Det är ju inte så ofta man kan vara på asfalt. Det gäller i framtiden att lägga trägolv ute i skogen eller på gärden som vi använder oftast! Den som ska vara ansvarig för serveringen måste först gå på kurs. Komplexiteten växer!

Startpersonalen har sett till att det är klart för start

En annan oväntad svårighet dök upp runt midsommar då vägen mellan Flaggplan och Riksten plötsligt grävdes upp till hälften och blev ljusreglerad. Man kunde lätt se hur köerna skulle växa på tävlingsmorgonen och starten bli tvungen att försenas en halvtimme! Nåväl, allt löstes till slut efter viktiga insatser av Bengt Johansson!

En annan fråga som kommit upp i våra förberedelser har varit om vi skulle få ihop tillräckligt med funktionärer. Lennart Hyllengren och Fredrik Huldt har haft ett tufft jobb, men på tävlingsdagen var alla platser bemannade!

En rätt viktig förutsättning för en tävling är förstås att en bra karta finns tillgänglig. Revideringen drabbades av ett antal förseningar och det var en rysare in i det sista. Ett tack till Gert Pettersson från Tullinge som gjorde en berömvärd insats i slutfasen. Ett tungt lass drog också Åke Samuelsson i kontakten med karttryckeriet.

Vår huvudsponsor var Botkyrka kommun som i princip finansierade den del av infrastrukturen som inte andra sponsrade.

Vi lyckades bl.a. att få en nöjd omvärld i form av markägare, jägare, myndigheter och närboende.

Sjukvårdspersonalen hade det ganska lugnt under dagen

Nu är det dags för starten

Tävlingsteknik
Ansvarig har Pär Ånmark varit, med Tomas Holmberg som biträdande. Allt har fungerat perfekt.

Per Forsgren har åter fått mycket beröm för banorna även om Per själv inte varit helt nöjd.
Själv blev jag inblandad i kartplockningen av 20 000 kartor. Det är imponerande hur ett tiotal pensionärer med kort varsel ställer upp en vecka och utan problem fixar en uppgift som av många betecknas som en rysare! Vi hade också stor hjälp av en perfekt lokal på Alfa-Laval.
En annan uppgift som många inte tänker på är allt förberedelsejobb i skogen. Det innebär bl.a. att konstruera kontrollställningar på ett 90-tal kontroller. I år var vi tvungna att sprida ut 6 km snitsling i terrängen för att markera olika förbjudna områden! Sedan ska några hundra enhetsplattor och skärmar vara på plats på fredagskvällen för att det ska gå snabbt att få ut kontrollenheterna i mörkret före starten på lördagsmorgonen. Till slut ska allt rivas utan att lämna ett enda spår efter sig. Imponerande boss för allt detta har varit Olle Rudin.

Mitt i arenans centrum fanns start, mål och växlingsfunktionen. Karin Skogholm såg till att start- och målfunktionen fungerade perfekt. Den rutinerade trojkan Tor Lindström, Mats Käll och Roger Östlund fixade den känsliga växlingsfunktionen med ackuratess.

Arne Ny var förstås viltansvarig och lyckades bl.a. genom gott förarbete och viltavdrivning på lördagsmorgonen tillfredsställa både djur och jägare.

Här kommer de – en stor klunga

Vi lyckades få till en tävling med bra banor där allt satt rätt utan köer i skogen eller vid växling eller mål. Vi fick också till bra publikkontroller som dessutom var sponsrade.

Sekretariatet höll till i det blå jättetältet

Tävlingsadministration

Helen Törnros, vem annars, skötte TA-blocket med sedvanlig finess! Det innebär en viktig blandning av tekniska och mänskliga resurser. Även här gäller givetvis att få rätt person på rätt plats. Även om den elektroniska stämplingen har reducerat personalbehovet avsevärt, så går det fortfarande åt ca 60 personer.

Familjen Törnros och Joakim hade alla tunga roller

Ansvarig för IT-stödet har varit Staffan Törnros. Inga resursproblem störde den löpande hanteringen den här gången. Kalle Ryman ansvarade för sekretariatet som innebar ett utmärkt flyt i flödet. Karin Näslund såg till att avläsningen av SI-pinnarna gick perfekt. Jag minns hur köerna växte vid Flottsbro 2002, men nu fanns knappt en sekunds väntan! Dottern Terese Eklöv tog hand om röd utgång med lika bra resultat. Carina Hill i klagomuren fick ta en del smällar från några finska lagledare. Men inget rubbade Carina, även om hon och jag i ett fall förmodligen räddades av Finlandsbåtens avgångstid! Att vi gav snabb resultatservice på resultattavlan kan Joakim Jörgensen ta åt sig äran av.

En central roll på 25manna har förstås speakertjänsten. Johan Eklöv har ansvaret för den servicen med det lite speciella mottot ”ju färre personer desto bättre resultat”! Speakerteamet Per Forsberg och finske Lalle Broberg innebär förstås världsklass.

Lugnt och luftigt vid direktanmälan

Paret Camilla Svensson och Mario Matanovic var nya på Direktanmälan men det kunde man inte märka. Även här lyste de så vanliga och irriterande köerna med sin frånvaro!

Vi lyckades få till ett utomordentligt flöde från avläsning till resultattavla utan köer. Vi fick en speakerservice i världsklass och en spännande slutstrid.

Förvarningskontrollen – en stor sten

Arenan

Anders Käll gjorde sitt andra 25-manna som arenaansvarig. Förutsättningarna var något annorlunda den här gången. Den stora negativa skillnaden i år var avsaknaden av duschvatten. Vi har haft många diskussioner om vilken sjö som skulle få bidra med sitt vatten. Hur ska vattenslangen dras över vägar och bland stressade löpare? Lösningen blev till slut 2 km slang ända från Brantbrink, men utan korsande bilar eller löpare. Med värmeväxlare halvvägs, övervakad av Kjell Häggstrand, blev resultatet utmärkt.

Anders byggkontakter är förstås ovärderliga. En av våra kompetensbrister är personer med byggkunskap. Lösningen blev inlånade byggare från Järfälla och Snättringe för att fixa bl.a. löparbro, dusch och servering. Dessutom fick respektive funktion lösa sina egna ”byggen” som t.ex. kartplank och resultattavla.

Full fart mot sista kontrollen

Trafik och parkering sköttes av Bengt Johansson och Anders Wedin.

Efter problemen med trafikflödena under förberedelserna och ett trilskande bomlås, med växande bussköer som följd, blev parkeringen en succé!

Från sista kontrollen såg man ut över hela Arenan – om man tog sig tid att titta.

Nedför den branta löparbron – bara upploppet kvar

Andra viktiga områden inom blocket är förstås elförsörjningen som Bosse Sjöberg ansvarade för. Många har på nätet visat sin avundsjuka över Ove Källs ansvar för duschfunktionen. Det innebär bl.a. att man rätt så regelbundet måste knacka bort ev. smuts på varje duschstril. Åtminstone damerna rapporteras ha haft väldigt bra vattenflöde!

När det gäller toaletter och sophantering så är dessa outsourcade till Sanifix och SRV.

Ett tidsödande jobb är planering och uppmärkning av 389 platser för vindskydden. Det gick åt ca 100 timmar, men med en rutinerad räv som Håkan Allinger blev det ett utmärkt resultat.

Magnus Nygren är vår läkare som organiserade sjukvården alldeles utmärkt. Relativt lite att göra och framförallt inga allvarligare tillbud.

Fler besökare hade definitivt Miniknatet med rekordnoteringen 311 startande! Helena Adebrandt hade fått till en utmärkt bana. Ett spännande inslag var slingan där deltagarna skulle hitta prylar som inte tillhörde skogen. Uppskattat!

Vi lyckades med att få till en arena som fått mycket beröm.

Marknadsföring

Annica Sundeby var blockchef. Hon hade en tuff period med byte av jobb och många utlandsresor. Tufft hade också sponsorjägaren Hans-Göran Melander. Det verkar omöjligt att få stöd annat än i samband med köp av material eller tjänster!

Många säckar med kartor blev det

Min uppmaning till våra medlemmar att övertyga sina företag eller andra kontakter att stödja 25manna misslyckades åter! Ett lysande undantag fanns. Uffe Lilja fick Roplan att satsa på ett fint sponsorpaket med tidningsannons, annons på hemsidan och två banderoller på upploppet. I sista stund fixade Uffe också en tidningsannons från broder Jan och Focus Revision.

Dags för växling

Elsa Törnros hade ansvaret för säljbroschyrer och programtidning. Sälj-

broschyren trycktes både på svenska och finska och delades ut på 10mila, Jukola och 5-dagars. Vi ökade med 12 anmälda lag jämfört med förra året. Kan det ha berott på säljbroschyrerna? Elsa skapade också en mycket prydlig programtidning. Har du missat den så finns det överexemplar i Harbro.

Katta Borg i SNO har fått lagerkransen av vår kransmas Anders Boström

Vårt nyförvärv, Joakim Gunnarsson, visade sig vara en alldeles utmärkt webbmaster. Snabba och snygga införande, bl.a. uppskattade av sponsorerna. Joakim höll också i 25mannas frågetävling. 84 deltagare var kanske färre än vad åtminstone jag hade hoppats på.

VIP- och pressansvarig var Bosse Skoog som lyckades få ett 50-tal anmälningar. Som vanligt var det skrämmande dålig bevakning i dagspressen. Skogssport och StOF-nytt har dock haft fina artiklar. Omslaget på StOF-nytt med flygbilden över arenan är förstås en höjdare!

Vi fick också till en fin prisutdelning med kommunstyrelsens ordförande, Katarina Berggren, som prisutdelare. **Vi lyckades skapa en exponering mot våra ”kunder” som präglades av kvalitet och snygg design på hemsida, säljbroschyrer och programtidning.**

Deltagarkontakter

Gnestaborna Diana Sarmiala och Lars Strid var blockansvariga. Uppgiften var bl.a. att ta mot anmälningar och vidarebefordra dessa till TA och logiansvariga. Förberedelserna innehöll också frågebesvarande och packning av lagpåsar. På morgonen på tävlingsdagen gäller det att dela ut påsar så att starten kan gå i tid. Den väntade stressen uteblev och allt flöt på i lugn takt. Man fick förstås svara på alla möjliga och omöjliga frågor under tävlingsdagen. När omstarten gått blev det nytt tryck vid Infotältet då kartorna skulle delas ut och SI-pinnarna samlas in. **Vi lyckades serva deltagarna utan nämnvärd köbildning och med snabba svar på deras frågor.**

Speaker Per Forsberg gör segerintervju med Katarina Borg

Logi

Anna-Lena Hyllengren och Anita Stigberg ansvarade för login på tre olika skolor. Pia Eriksson basade på Broängsskolan, Ann-Louise Bjernevik

på Storvretsskolan och Ingalill From på Tullinge gymnasium.

Även för skollogin har reglerna komplicerats jämfört med tidigare. Brandmyndigheterna har tagit fram ett detaljerat regelverk som man måste följa till punkt och pricka. Inköp av brandvarnare för 6 000 kr blev en konsekvens (behöver du nya friska brandvarnare till halva priset så finns det ett antal kvar). På varje skola behövde vi två vakna vakter under hela natten osv. Vi fick nära 1000 gäster och de flesta åt också frukost både lördag och söndag morgon.
Vi fick ett jättefint samarbete med rektorerna och övrig skolpersonal. Gästerna skötte sig utmärkt och vi är hjärtligt välkomna tillbaka vid ett annat tillfälle.

Vi lyckades erbjuda nära 1 000 gäster trevliga logilokaler och uppskattad frukost utan besvärande köer.

Servering
Serveringen sköts av våra arrangörspartners från Snättringe och Södertörn på samma sätt som vi hade serveringen förra året. Monika Gustavsson från Södertörn var blockchef. Trots en del köer såldes för nära en halv miljon kronor under helgen.

Sammanfattning
Totalt sett ett mycket fint 25manna som vi kan vara mycket nöjda med! Även ekonomiskt har vi överträffat våra tidigare 25manna och kommer att hamna på det budgeterade överskottet!

Men varför är det så svårt att få till en tävlingsledare? Jag har nämnt nära 50 personer i texten ovan som i stort sett alla skulle kunna klara uppgiften som tävlingsledare! Hemligheten är enkel, det gäller att få rätt personer som ansvariga för block och funktioner!

Vi lyckades få till en mycket kompetent funktionärsstyrka!

Lasse Stigberg

Många nöjda pristagare får avsluta reportaget från 25manna

Statistik 25manna 2007

- 360 lag var anmälda, varav 273 svenska, 69 finska, 14 norska, 2 litauiska, 1 lettiskt och 1 tyskt
- 351 lag startade
- 346 lag hade löpare på samtliga sträckor
- 255 lag godkändes, dvs 96 lag godkändes ej eller fullföljde ej (varav 72 svenska, 18 finska, 6 norska, 1 tyskt)
- Bästa
  2:a lag: IFK Lidingö SOK på 45:e plats
  3:e lag: Stora Tuna på 119:e plats
  4:e lag: Södertälje Nykvarn Orientering på 178:e plats
- 238 lag klarade sig från omstart
- 86 fick en omstart, 15 lag två omstarter, 5 lag tre omstarter och ett lag 4 omstarter
- 8741 löpare sprang en sträcka i något lag
- 9 löpare fick en reservkarta
- minst 3 löpare tog ett annat lags karta
- 4 löpare saknade stämpling från kontroll nr 121 på sträcka 25, där en kontrollenhet av två inte fungerade en tid.
- 12 löpare saknade stämpel från sista kontrollen
- 24 löpare saknade stämpel från näst sista kontrollen (två olika)
- 55 löpare saknade stämpel från annan kontroll (37 olika)
- 14 löpare saknade ett antal kontroller eller bröt
- 6 löpare stämplade vid fel kontroll
- 1 löpare tappade sin bricka
- 1 löpare på sträcka 23 tjuvstartade, dvs sprang ut innan alla på sträcka 7 kommit in
- 4 löpare saknade målstämpling (men blev godkända)
- 2438 namnändringar gjordes under tävlingsdagen
- 61 brickändringar gjordes under tävlingsdagen
- 23 löpare sprang med brickor som inte var knutna till något lag
- 1 löpare sprang med bricka som var knuten till ett annat lag (i samma klubb)
- 2 lag använde en bricka 2 gånger
- Inga löpare glömde att tömma sin bricka, men minst två st gjorde det vid startpunkten
- 9 löpare glömde att startstämpla (start och omstart skulle inte startstämpla)
- Under tävlingens mest intensiva 10-minutersperiod, ca 11:15, lästes en bricka av varje sekund
- I snitt under hela tävlingen målstämplade 19 löpare varje minut
- Det användes totalt 283 kontrollenheter vid tävlingen
- Två servrar, åtta switchar, sex skrivare och 38 datorer var i bruk under tävlingen

Kommentarer till saknade stämplingar vid 25manna

Varje år är det arrangörernas högsta önskan att 25mannaarrangemanget ska fungera perfekt på alla punkter. Det ska vara utslagsgivande banor, en bra tävlingsarena, tekniken ska fungera, vi vill ha bra väder och helst ska alla lag också vara godkända. Vissa av punkterna kan vi påverka själva, men tyvärr inte alla. I år fungerade det mesta, men tyvärr var det många lag som inte blev godkända.
Som ni kan se ovan i statistiken så finns det som vanligt många anledningar till detta, men den absolut vanligaste orsaken i år var att löpare saknade en stämpling i sin SportIdentbricka. Detta har diskuterats livligt på Alternativet.nu, här vill vi bara ge lite mer information än vad som kanske framkommit där.

En saknad stämpling kan bero på att löparen stämplat för snabbt vid en kontroll, inte stämplat alls, eller t o m inte ens varit vid kontrollen. Det är flera löpare som först vidhållit att de stämplat och fått både ljus- och ljudsignal, men som i efterhand kommit på att de inte varit vid kontrollen. Dessutom finns det ett antal som direkt insett att de hoppat över en kontroll. Många har dock hävdat att de varit vid kontrollen och fått en godkänd stämpling. Vi har valt att konsekvent följa de svenska tävlingsreglerna och underkänna alla som saknar stämplingar.

Efter tävlingen läste vi in loggfilerna från sista och näst sista kontrollerna. Filerna visar att alla som saknar stämpling vid sista kontrollen (och inte har brutit) har varit för snabba, de har påbörjat stämplingen men inte väntat på bekräftelsen och har således inte fått med sig någon registrering i brickan.
Däremot så är det bara två, av de 24 som saknar stämpling från någon av förvarningarna (en från varje av de två näst sista kontrollerna), som varit för snabb. De övriga saknas helt i kontrollenheterna och enligt flera vittnen så var det också en hel del löpare som sprang en bit ifrån kontrollen och helt enkelt hoppade över den.

Övriga saknade stämplingar är utspridda på 37 olika kontroller, varav bara ett fåtal är på onlinekontroller. Tyvärr har vi inte möjlighet att läsa in loggfiler från alla kontrollenheter. När de plockas in från skogen direkt efter tävlingen så ska de snabbast möjligt lämnas över till söndagens arrangör för omprogrammering.

Det är svårt att säga varför det blev en ökning av antalet saknade stämplingar i år. Kanske börjar många bli vana vid snabba brickor, men får gå tillbaka till SI-5 vid 25manna och då väntar de inte tillräckligt länge vid stämplingarna. Kanske är utländska löpare inte vana att behöva invänta ljud- och ljussignal och då kan det vara lätt att missa det vid en kontroll, när det dessutom är många löpare samtidigt. Vi diskuterade före tävlingen att stänga av ljudet på kontrollenheterna för att tvinga löparna att titta på enheterna, men valde bort detta då vi trodde det skulle orsaka fler problem.

Totalt användes i år ett drygt 1000-tal SI-6-brickor vid tävlingen, resten, inklusive alla hyrbrickor, var SI-5-brickor. Av de 93 saknade stämplingarna så härrörde sig endast 4 st till snabba brickor, varav 3 var vid förvarningskontrollerna. Det verkar alltså vara en klar fördel att använda snabba brickor och vi hoppas att det kommer att vara möjligt att erbjuda uthyrning av de snabbare brickorna i framtiden.

Vi kan garantera att de här frågorna kommer tas upp till diskussion bl a inom 25mannaföreningen och vi kommer att göra vårt bästa för att hjälpa lagen att kunna fullfölja nästa års tävling utan saknade stämplingar.

Till sist en stor eloge till två klubbar, Södertälje Nykvarn Orientering och Västerås SOK, som båda lyckades få runt 4 lag var, helt utan missöden. Bra jobbat!

Helen

SM medel och stafett

En hel bunt glada TMOK:are var taggade till tänderna och skulle åka till Halmstad för att springa SM i medeldistans och stafett. För en del var det deras första SM.

På torsdag eftermiddag satte vi oss i bilarna och resan mot Halmstad började. Trötta kom vi fram till vårt logi, Halmstad garnison. Efter att ha lyckats smyga förbi vakten och tagit oss in på området letade vi upp våra sängar och kröp ner för att sova.

Nästa morgon hoppade vi in i bilarna efter en smarrig frukost och begav oss mot Simlångsdalen där medelkvalet skulle avgöras. Vi inte så rutinerade juniorer blev en aning förvirrade av att det var förstart, busstransport och tidsstart men lyckades komma rätt tillslut.

Sofia vann stafetten med Skogsfalken

Jenny rapporterar från SM

Efter en lång väntan var det äntligen dags att starta. En smula nervös gav jag mig ut i skogen och möttes direkt av en stor bäck och gick ner mig till midjan. Därefter skulle jag ta mig upp för ett bautaberg och blev trött och började bomma… och ungefär på det viset fortsatte min orienteringsupplevelse. Som ni kanske förstår tog jag mig inte vidare till final och det gjorde tyvärr ingen annan från klubben heller. Elsa och Karin var dock inte långt ifrån.

Trötta efter en hel dag på TC åkte vi tillbaks till boendet och åt middag. Efter middagen spelade vi lite fotboll i korridorerna, spelade bilrally på rutat papper och läste militärblaskor.

Eftersom ingen av oss hade tagit sig till final var det sovmorgon som

gällde nästa morgon (Det finns fördelar med allt). Vi åt frukost i lugn och ro och åkte sedan ut till TC som var på samma ställe som kvalet. Där hejade vi på svenska eliten, bland annat på Sofia. När tävlingen var avslutad var det några som gav sig ut och sprang publiktävlingen. Vi andra drog in till Halmstad, kollade läget och hittade ett mysigt fik.

Nästa dag var det SM-stafett som gällde. Vi hade två jämna D20-lag, ett D21-lag, ett H20-lag och ett inte så helt H21-lag (bara Jocke som sprang startsträckan). I D20 var det Matilda som sprang första sträckan för förstalaget och Hanna sprang för andralaget. Efter en lång, kuperad och tuff bana kom Hanna i mål någon minut före Matilda. Grymt Hanna! Tyvärr hade Hanna stämplat fel vid en kontroll men det visste inte jag som tur var inte när jag gav mig ut på andra sträckan. Eva sprang andra sträckan för förstalaget och vid varvningen var hon ikapp mig. Jag var helt slut men lyckades hålla orienteringen i styr och ta mig i mål före en trött och kanske inte helt frisk Eva. Det var Emma för andralaget och Ronja för förstalaget som skulle avgöra på sista sträckan. Efter en tuff kamp var det ändå Emma som var först i mål. Så på sätt och vis kan man säga att andralaget besegrade första laget, men tyvärr så var vi felstämplade. Förstalaget slutade på en 43:e plats.

Klubbens D21:or slutade på en 35:e plats och H20-laget bröt tyvärr på sista sträckan. Skogsfalken med Sofia vann D21. Trötta men nöjda efter en rolig helg åkte vi tillbaka till Stockholm.

Jenny

Stilstudier från SM - Ronja, Matilda, Markus, Hanna och Anders B
Foto: SEPRO

Halikko 2007

I år var det endast ett lag från TMOK som ställde upp i Halikkokavlen. Tumba ordnade SM i OL-skytte samma helg och där deltog en hel del TMOK-are. Daladubbeln lockade också en del ungdomar.

Undertecknad blev övertalad att följa med för att vi skulle få ihop kvoten för äldre damer/yngre flickor. Finlandsbåtar är annars inte någon favorit hos mig.

Åbo mötte oss med strålande sol, men det var riktigt kallt ute, flera minusgrader. Bussresan var kort och vi var ute på tävlingen i Kokkila i god tid före start.

Väl på TC förundrades jag över ett stort fält med massor med plantor med stora blad. Vid en närmare titt visade det sig vara rabarber.

Joakim startade på ett utmärkt sätt för TMOK, bara några minuter efter på en 21:a plats. De flesta löparna från TMOK gjorde helt godkända lopp, även om några gjorde lite för stora bommar för att vara nöjda. Elsa, Thomas E och Ulrik imponerade mest. Generellt var sträckorna ett snäpp svårare än på 25manna och det var många grönområden att stånga sig igenom.

Elsa, Bara och Daniel värmer sig i solen

TMOK-gänget på plats på TC

Jag hade fått den lättaste sträckan och den var inte supersvår, men Åke och jag var överens om att det var den svåraste lätta bana vi sprungit. Ganska mycket backar var det också, så kilometertiderna blev inte direkt imponerande.

Bara gjorde ett bra lopp på nästsista sträckan, men kom tyvärr in ca 15 sekunder efter att växeln stängt. Typiskt att vara det första laget som fick omstart, ingen chans för Mattias att förbättra placeringen, trodde vi. Men det gick alldeles utmärkt, det verkar inte som om arrangörerna bryr sig om lagen har omstart eller inte, det är bara sluttiden som gäller.

Det innebar att vi slutade på 54:e plats, dvs bara några placeringar sämre än förra året, då laget på papperet såg ut att vara betydligt starkare.

Dags att bege sig till båten igen och det hägrande smörgåsbordet. Vi hade första sittningen och det blev

ett mycket snabbt klädbyte för att inte komma alltför sent. Jag får erkänna att standarden på maten var riktigt bra, betydligt bättre än jag mindes sedan tidigare.

Ganska många TMOK-are samlades sedan i baren för att se Sverige besegra Lichtenstein i fotboll, men sedan spreds vi åt olika håll på båten. Jag valde sängen medan en del fortsatte festandet på andra håll.

Helen

TC på Halikko sett från startpunkten

Halikkoresultat

54	Tumba-Mälarhöjden OK 1 SWE			4.58.11		
	1. osuus	4.7 km	Joakim Gunnarsson	33.53	33.53	21
	2. osuus	4.7 km	Daniel Torén	53.07		
			Elsa Törnros	41.49		
			Eva Englid	59.24	1.33.17	84
	3. osuus	2.6 km	Åke Samuelsson	28.42		
			Helen Törnros	30.03		
			Linnea Svensson	29.02	2.02.20	78
	4. osuus	3.5 km	Staffan Törnros	39.05		
			Matilda Lagerholm	48.06		
			Thomas Eriksson	30.13	2.45.11	77
	5. osuus	6.1 km	Björn Nilsson	51.58		
			Per Forsberg	45.37		
			Ulrik Englund	42.24	3.27.35	61
	6. osuus	3.5 km	Bara Malisova	33.05	4.00.41	61
	7. osuus	7.9 km	Mattias Allared	57.30	4.58.11	54

Höstens KM-tävlingar

Två KM-tävlingar har som vanligt hållits under hösten, Natt-KM som gick vid Rudan och Lång-KM som hölls i samband med Tullinges tävling i november.

Thomas Eriksson stod för Natt-KM arrangemanget vid Rudan. Sofia och Johan tog hem seniorklasserna, inte helt oväntat. Jenny gjorde ett bra lopp men var tyvärr ensam startande i sin klass.

Även Tullinge körde sitt Natt-KM vid samma arrangemang. Trots att de är en stor klubb på damsidan var det ingen dam som ställde upp för dem och totalt hade TMOK fler deltagare. Alla sträcktider finns på Winsplits om någon vill jämföra tider.

Det var svårt att hitta ett datum för Lång-KM under hösten och till slut valde man att köra tävlingen i samband med Tullinges tävling i Salem den 11 nov. De äldre hade uppmanats att anmäla sig till HD35/45/55/65 medan de yngsta klasserna utnyttjade en Öppen klass.

Den första snön i Stockholm kom lagom till helgen och det var ca 5 cm snö i skogen. Kyligt var det också och därför skönt att TC var inomhus i en skola intill Salemsvallen. Däremot blev det ingen klubbsamling, en hel del TMOK-are bodde nära tävlingen och gick hem och duschade. Jag som minns när vi hade klubbmästerskap i Mälarhöjden. Det var en tävling då nästan alla i klubben ställde upp, vi kunde ha 50 startande och avslutade med en gemensam lunch.

På damsidan tog Elsa hem titeln ganska klart liksom, lite överraskande, Matilda i D18-klassen. På herrsidan var det jämnare, Johan slog Mattias med mindre än en minut och i H35 slog Mats sin kusin Anders med endast 18 sek.

Helen

Lång-KM avgjordes på Tullinges tävling vid Nytorpsskolan i Salem

Resultat Natt-KM 17 oktober

D21 6530 m

1. Sofia Forsgren	64:49
2. Elsa Törnros	71:12
3. Karin Skogholm	75:55

D18 4330 m

1. Jenny Asztalos	56:22

D40 4330 m

1. Carina Hill	72:51
Annica Sundeby	77:37

H50 4330 m

1. Staffan Törnros	56:08

H21 7810 m

1. Johan Eklöv	67:01
2. Daniel Lind	70:36
3. Per Forsgren	73:52
4. Joakim Gunnarsson	80:52
Ulrik Englund	ej godkänd
Björn Nilsson	ej godkänd

H18 6530 m

1. Anders Boström	67:48
2. Markus Fredlund	79:23
Anders Karlsson	ej godkänd

H14 4330 m

Mikael Mellberg	ej godkänd

Resultat Lång-KM söndag 11 november

D21 6140 m

1. Elsa Törnros	58:52
2. Karin Skogholm	61:54
3. Emma Englid	78:09

D18 4240 m

1. Matilda Lagerholm	44:03
2. Eva Englid	47:36
3. Jenny Asztalos	49:01
4. Hanna Käll	55:35
Ronja Hill	ej godkänd

D14 3350 m

1. Lovisa Käll	57:37
Emma Käll	ej godkänd

D12 2930 m

1. Matilda Jonasson	52:49

HD10 2160 m

1. Hanna Persson	26:32
2. Ellinor Östervall	29:30
3. Moa Hill	31:15
4. Erik Åkerblom	65:16
5. Märta Åkerblom	65:20
6. Anna Åkerblom	65:40

H21 9600 m

1. Johan Eklöv	74:34
2. Mattias Allared	75:22
Joakim Gunnarsson	ej godkänd

H18 6960 m

1. Anders Boström	69:25
2. Anders Karlsson	73:33

H16 4900 m

1. Mikael Mellberg	45:39

H35 7880 m

1. Mats Käll	70:54
2. Anders Käll	71:12

H55 4900 m

1. Staffan Törnros	57:50
2. Bo Skoog	65:23
3. Olle Laurell	75:22

H65 3920 m

Bo Sjöberg	ej godkänd

D50 3430 m

1. Helen Törnros	47:19
2. Eva Boström	66:00

RESULTAT KM-CUP 2007

Två OL-skyttar och ett äkta par tog hem KM-cupen för 2007. Flest deltagare var det på Sprint-KM, hela 36 st. Ultralång-KM samlade fler löpare än Lång-KM 25 st jämfört med 22.

KM-Cup A

Namn	Ultralång	Sprint	Natt	Lång	Totalt
Johan Eklöv	25	18	25	25	80
Mattias Allared	22	25		22	69
Joakim Gunnarsson	18	25	18	5	66
Daniel Lind	16		22		38
Per Forsgren			20		20
Lars Strid	20				20
Robert Tellvik		16			16
Jonas Allared		15			15
Harald Nordlund		14			14
Mats Adolfsson		13			13
Ulrik Englund			5		5
Mario Matanovic			5		5
Björn Nilsson			5		5

KM-Cup B

Namn	Ultralång	Sprint	Natt	Lång	Totalt
Anders Boström	25	25	22	18	77
Elsa Törnros	14	20	20	20	65
Karin Skogholm	15	18	18	16	57
Anders Karlsson	20	12	5	15	52
Mats Käll	16			25	41
Stefan Fredlund	22	16			38
Thomas Eriksson	18	11	5		34
Markus Fredlund		14	16		30
Sofia Forsgren			25		25
Anders Käll				22	22
Ulf Lilja		22			22
Conny Axelsson	5	13			18
Patrik Adebrant		15			15
Emma Englid				14	14
Helena Adebrant	13				13
Patrik Axelsson	5	8			13
Tomas Holmberg		10			10
Annica Sundeby		5	5		10
Magnus Nygren		9			9
Terese Eklöv		7			7
Camilla Svensson		6			6
Emelie Axelsson		5			5
Diana Sarmiala	5				5

KM-Cup C

Namn	Ultralång	Sprint	Natt	Lång	Totalt
Staffan Törnros	22	25	25	16	77
Matilda Lagerholm	16	22		22	60
Jenny Asztalos		20	22	18	60
Eva Englid	20			20	40
Bosse Skoog	18			14	32
Mikael Mellberg			5	25	30
Pär Ånmark	15	14			29
Krister Eriksson	14	12			26
Kenneth Näslund	25				25
Ronja Hill		13		5	18
Kristina Moberg		18			18
Åke Samuelsson		16			16
Hanna Käll				15	15
Arne Ny		15			15
Olle Laurell				13	13

KM-Cup D

Namn	Ultralång	Sprint	Natt	Lång	Totalt
Helen Törnros	25	22		25	72
Carina Hill		25	25		50
Eva Boström				22	22
Jette Axelsson		20			20
Bo Sjöberg				5	5

1) Lång-KM
för KM-Cup B och C är poängen beräknad mha deltagarnas kilometertid.

Johan och Anders vann KM-Cup A respektive B

Ungdomsverksamheten

Året går mot sitt slut och jag tänkte ta tillfället i akt att summera höstens ungdomsverksamhet. En hel del tävlande har det förstås varit, framför allt för de äldre ungdomarna i gruppen mellan 12 och 16 år.

Bland annat har Hanna Käll representerat klubben i ungdoms-SM, där hon slutade på en mycket fin 15:e plats. Grattis! Flera av ungdomarna har också deltagit i UP, Stockholms ungdomscup. Hanna visade framfötterna även här med en 6:e plats totalt i D16, och Micke Mellberg blev 14:e i H14. Även Patrik, Emma, Lovisa och Olivia tog poäng i cupen. Varken mörker eller långa banor avskräcker våra ungdomar vilket ni kan läsa om i reportage från Natti-Natti och Höstlunken.

Micke har gått framåt i år

Några ungdomar runt Lotta vid StOF-lägret

En tävling det pratas mycket om i orienteringssverige just nu är Daladubbeln, ungdomstävlingen som i motsats till många av våra andra arrangemang växer för varje år. I år deltog fyra ungdomar och juniorer från TMOK, nästa år kanske vi satsar på att åka ännu fler?

I årets ungdomsserie slutade vi på 16:e plats bland Stockholms klubbar. Till nästa år tror jag att vi kan klättra några platser till, om alla ungdomar sluter upp och springer för klubben! Att klubbens yngre är på gång visade bland annat Sonja Mellberg när hon slog till och vann D10 i regionfinalen. Grattis! Flera av våra yngre förmågor var även med på Österåkerskavlen, där två lag kämpade fint i inskolningsklassen.

Givetvis har hösten även bjudit på träning i de olika grupperna. 12-16-åringarna har varit med på klubbens teknikträningar på tisdagarna och kör nu under vintern löpträning, stadsorientering m.m. på torsdagarna vid Harbrostugan.

I Mälarhöjden har ett nytt gäng gått nybörjarkurs i Gröna Stugan. Gruppen är inte så stor, men desto mer entusiastisk. Även föräldrarna har hunnit lära sig en hel del genom föräldrakursen som ordnats parallellt. Nygamla MIKaren Maria Lindstrand har glädjande nog förstärkt på ledarsidan. Den traditionsenliga avslutningsträningen kola-orientering arrangerades i år av de äldre MIK-ungdomarna och blev mycket populär.

Elsa går igenom vägval med Lovisa

Barnen i Tumbas yngre grupp har även de tränat flitigt under hösten. På torsdagarna i vinter kommer ni att kunna se en del av det de gjort under hösten, då höjder i lera ställs ut i klubbstugan.

De tre grupperna hade tillsammans ett populärt läger i Rotebro i början av hösten. Mer om detta kan du läsa i Matildas reportage. Ledarteamet hade under lägret uppskattad hjälp av Anders Karlsson.

Liksom förra året kommer ungdomarna, under ledning av Jenny och Ronja, att bjuda oss äldre i klubben på ett Luciatåg. Välkomna till Harbrostugan den 13:e december (som i år lämpligt nog infaller på en torsdag) klockan 19:20.

Som avslutning vill jag också rapportera lite från StOFs ungdomsledarträff i början av november. Där diskuterade vi bland annat möjligheten att låta ungdomar efteranmäla sig i vanlig klass på tävlingsdagen, något som redan införts i Uppland. Södertörn passade även på att berätta att man har planer på att låta den avslutande etappen av Stockholm City Cup avgöras på hittills orörda orienteringsmarker. Jag avslöjar inte var, men kan säga så mycket som att det kan bli den mest spektakulära etappen hittills. Något att se fram emot i vintermörkret för både ungdomar och äldre alltså!

Elsa
Ungdomsansvarig i TMOK

Många ungdomar var även med på Tuscis

Tumba Ungdom

I skrivande stund har jag precis avslutat en helg fylld med idéer och inspiration. Jag och Lotta Östervall har varit i Söderköping på grundtränarutbildning 1. Det var verkligen en kurs väl värd att gå.

Helgen har gett många nya tips på ol-övningar och lekar, men också satt igång tankarna om hur vi i klubben ska bedriva vår ungdomsverksamhet. En viktig fråga som jag tagit med mig är att det är viktigt att alla barn får leka mycket, men givetvis är ju detta även viktigt för äldre ungdomar och vuxna.

Erik Åkerblom i full fart

Under hösten har vi varit ca 10- 15 ungdomar på träningarna. På vår avslutning den 20 oktober hade vi dinosaurieorientering vilket jag tror var ett uppskattat moment av alla. Vi avslutade sedan med mat, fika och lite prisutdelning. Vi har under hösten haft en flitighetstävling där träning och tävlingar ger poäng, tävling dubbelt så mycket. Flitigast under hösten var Mikaela Eifrèm, Ellinor Östervall och Johan Giberg. Men alla andra ungdomar var också flitiga så därför gav vi dem alla ett pris, nämligen en biobiljett. Den 4:e november var vi och såg filmen Råttatouille på Heron City. Det var verkligen uppskattat.

En liten presentation av alla som vår grupp består av: May Hylander, Ruben Hylander, Fanny Lejdegård, Isabelle Enroth, Anna Åkerblom, Erik Åkerblom, Märta Åkerblom, Ellinor Östervall, Mikaela Eifrèm, Emma Persson, Hanna Persson, Alexander Zackrisson, Johan Giberg, Moa Hill och Pontus Egeberg.

Camilla med May, Mikaela och Ellen

Även om vi hade avslutning håller vi inte uppe för det. Vi avslutar året med **Luciatåg den 13 december kl. 19.20**. På luciadagen har vi vernissage på olika berg i lera som alla ungdomar i vår grupp har gjort.

Vi har sedan några veckors uppehåll och kommer därefter att ha väderanpassad träning några lördagar och söndagar fram till slutet av mars. (Info om schemat kommer senare).

Ett av våra mål är att vi i vår alternativt i höst startar upp en nybörjarkurs. För att det ska kunna göras behöver vi nya ledare, då vi kommer att fortsätta med den grupp som vi nu har. Så vi hoppas att det finns någon där ute som kan hjälpa till med detta, självklart kommer vi hjälpa till med planering och dylikt.

Så alla ungdomar ni har verkligen något roligt att se fram emot i vinter och vår med många roliga ol-övningar och lekar. Vi syns!

Camilla
Ungdomsansvarig Tumba

Mario har genomgång inför sling-OL

Mälarhöjdens Handslagsaktiviteter under hösten -07

Som alla vet(?) har Mälarhöjden under flera år nu arbetat med skolorna i vårt upptagningsområde och hjälpt till med ol-undervisning och anordnat ol-dagar med riktiga banor och allt som hör till. Handslaget, eller som det numera kallas Idrottslyftet, har till syfte att få barn mer aktiva och kunna hitta sin idrott. Kommunen bidrar ekonomiskt och Stockholms Idrottsförbund administrerar de tilldelade pengarna.

Vi ingår i två nätverk med föreningar och skolor i vårt upptagningsområde, Hägersten och Skärholmen. Många andra föreningar och idrotter såsom basket, fotboll, judo, dans, fri idrott m.m. är med i Idrottslyftet och våra nätverk. Vår kontakt och samordnare är Anders Petersson JKS Basket. Till honom vänder vi oss med begäran om de ekonomiska bidrag som vi får för vår medverkan.

Vår eldsjäl i det här jobbet är Åke S som lagt ner ett otroligt jobb på att få till stånd kontakter med skolor och ansvariga gymnastiklärare för att planera lämpliga dagar och tider för ol-undervisning, övningar och idrottslyftsdagar med orientering. Det har gällt allt, inte minst framtagande av passande kartor och banor, och sedan det praktiska genomförandet av ol-dagarna. Allt material såsom skärmar, stämplar, definitioner, startkort m.m. måste också fram för att upplevelsen för eleverna skall bli så bra som möjligt.

Åke har haft mycket hjälp av våra duktiga kartritare Per F, Mattias och Micke H. Utan kartor kan vi inte jobba. I övrigt har vi andra ”gubbar” stöttat så gott det går på de dagar vi haft orienteringarna, men även på teorigenomgångar med det fina bildspel som Kalle R och Åke tagit fram. Vi andra ”gubbar” har varit Bengt Huldt, Ulf Tidbeck, undertecknad och tidigare också Krilla.

Åke Samuelsson - ansvarig för Handslaget/Idrottslyftet

Tyvärr har den gångna hösten varit lite väl jobbig då flera av oss råkat ut för diverse sjukdomar och skador. Om vi ska lyckas hålla uppe vår ambition att fortsätta kommande säsong i Idrottslyftet (vilket nog är ett måste med tanke på de sköna pengarna som kommer klubben tillgodo) vädjar vi till fler, både äldre och yngre i klubben att hjälpa till, annars kan det bli problem. Ta gärna kontakt med Åke eller undertecknad så får vi pratas vid om eventuellt möjliga insatser.

Bengt Huldt har hjälpt till…

Åke har dragit ett tungt lass i höst men till allas belåtenhet. Vi får mycket bra respons av lärare och elever på de skolor som vi varit aktiva på under hösten. Vår förhoppning är att detta skall ge ungdomarna en idrott att tycka om och ha roligt med och naturligtvis också att vara med oss i klubben för att träna och tävla. Ungdomskommittén i MIK har också tagit fram en broschyr och ett fint initiativ var också då ungdomskommittén och vi tillsammans ordnade en kväll med info till föräldrar och barn i Västertorpsskolan med både teori och praktik på karta. Mycket uppskattat har vi hört och flera nya ungdomar har också kommit till oss som medlemmar.

Den här sortens rekryteringsförsök ihop med fortsatta Idrottslyftsaktiteter måste vi försöka hålla igång i fortsättningen också.

Till slut en liten redovisning av hösten aktiviteter:
I Hägerstensåsens, Mälarhöjdens, Fruängens, Slättgårds och Bredängsskolorna har ca 800 ungar och lärare deltagit, från låg-, mellan- och högstadiet.
Det har också resulterat i att klubben erhållit ca 50.000:- i ekonomisk ersättning för höstens insats.

… liksom Sten Tiderman

Till sist: Det är kul att jobba med ungdomarna, många spontana Aha-upplevelser, och trevliga minnen finns. Planering för våren är redan på gång.

Vid "pennan"
Sten Tiderman

Om du kan hjälpa till med Idrottslyftet kontakta:

Åke Samuelsson
samuelsson.ake@telia.com
tel 08 530 391 56
eller
Sten Tiderman
sten.tiderman@telia.com
tel 08 710 26 76

HARBROFAJTEN 2007

Den 13 september var det dags för den 12:e Harbrofajten. Till årets upplaga hade 440 elever från 18 klasser anmält sig. På tävlingsdagen infann sig 400. Det var deltagare från skolor i Tumba, Tullinge och Salem.

Ytterligare en grupp ger sig iväg

Någon kanske inte vet vad Harbrofajten är? Det är en lagtävling i orientering mellan klasser för elever i klass fem. Det gäller att på de 45 minuter man har på sig att hitta så många kontroller som möjligt. Totalt är 22 kontroller utsatta, och varje kontroll ger 2 poäng.

Det är glädjande att totalpoängen är så hög. Max antal poäng som en elev kan samla ihop blir ju 44, och segrande lag Skogsängsskolan klass 5B hade ett snitt på 31,3 poäng, medan tvåan Rönninge skola 5B hade ett snitt på 30,9. Tredje lag och sista som fick en pokal var Trädgårdsstadsskolan, vars medelpoäng var 29,3. Den totala medelpoängen var 23,9.

Några veteraner!
Lennart Hyllengren, Håkan och Lizzie Allinger samt Lars Andersson

Vi hade turen att få ett uppehåll i regnandet dagen till ära, och solen sken mest hela tiden. Efter avslutat lopp fick varje deltagare ett glas saft innan de kunde avvakta den spännande prisutdelningen. Prisutdelningen är en fest för öga och öra, där varje lag med rätta applåderar och högljutt manifesterar sin prestation.

Det är ett nöje att se denna tävling, som med alla duktiga funktionärers hjälp blev en propagandadag för orienteringen och IFK Tumba.

I avvaktan på den spännande prisutdelningen

Tack till alla som på olika sätt ställde upp och gjorde detta till en så lyckad tävling, och som jag hoppas en minnesvärd dag för de deltagande eleverna och lärarna.

Sist men inte minst vill jag naturligtvis tacka markägaren, som välvilligt låter oss genomföra detta arrangemang.

Lennart Hyllengren
Tävlingsledare

Ungdomshöstläger 7-9 september

Den 7 september började höstlägret. För oss lite äldre började det med natt-DM, medan de som var lite yngre fick ha en sorts reflexjakt. Jag hoppas de hade kul!

Höstläger i Rotebros klubbstuga

Fredag

Jag och Ellen blev hämtade hos Ellen av Frida och hennes pappa. Ellen tog lång tid på sig, hade inte ens packat när jag kom till henne på fredags-eftermiddagen. Jag tog kanske också lite lång tid på mig, men mackor är ju gott och Milou är ju söt! I bilen snackade vi på.

Väl framme på tävlingen träffade vi alla vuxna i klubben som skulle tävla, men också Emma, Lovisa, Helén och Olivia (Micke också såklart, men han sprang runt så mycket så honom såg man knappt!). Alla vi tjejer (Olivia, Frida, Ellen, Emma, Lovisa och Helén, och jag då) blev direktanmälda med lite hjälp till Ö2, tror jag (några siffror hit och dit spelar väl ingen större roll??).

Jag och Ellen sprang tillsammans. Vi sprang bara fel en gång i mörkret, vi tog fel stig, men vi upptäckte det fort. Vi skildes åt lite innan sista kontrollen, då var det ju bara spurten kvar. Ellen fastnade i något trädbuskage, jag gjorde det också först, men lyckades se det till slut, innan jag var mitt i.

Matilda mellan Lovisa och Emma

Efter tävlingen duschade alla. Vi roade oss sedan med att heja på alla andra, vid sista kontrollen. Jag tror det var Lovisa som fick idén att springa bredvid de som sprang längs upploppet. Väldigt komiskt, men alla av oss vågade inte. Vi lyckades "uppmuntra" löparna inför mål genom att säga att duscharna var varmkalla! Hoppas de blev glada!

Sedan satte vi oss i bilarna, några hem och några vidare på nya äventyr. De "äventyren" började så fort jag, Ellen och Frida satte oss i Elsas bil.

Frida förklarade tydligt att vi skulle vara tysta i bilen. (Hon tyckte inte vi hade varit det på vägen dit. Det hade vi inte.) Istället började Frida prata, trots att det var vid midnatt! Ellen somnade efter ett tag och mina ögon tyckte också det var sent. När alla kom fram kändes det lite som man gick i sömnen in i huset. Väskorna var ju lite tunga.

Vi gick så tyst som möjligt, men om vi hade gått upp och lagt oss däruppe så hade vi definitivt väckt de andra. Vi fick ta och lägga oss i omklädningsrummen istället, men lika bra gick det. Jag och Frida, Helén, Ellen, Emma, Lovisa och Olivia sov i killarnas omklädningsrum. Det sov också några killar där, men de flesta sov i damernas omklädningsrum. När vi lagt ut våra sovsäckar och madrasser lyste det lite genom fönstret. Frida sa; "Har solen redan gått upp?", men eftersom klockan var ett eller två så kunde den ju ha gått upp (eller?). När Frida gick upp och kollade visade det sig vara en gatlykta!

Lördag

På morgonen gick vi upp och åt frukost. Innan förmiddagens träning fick vi i omklädningsrummen plocka undan våra sovsaker. Våra väskor fick vara kvar för vi bestämde att herrarna tog damernas omklädningsrum och vice versa. På morgonen kom Stina till oss också. Hur pigg som helst medan vissa andra var lite sömnigare. Av nattävlingar blir man trött!

En frusen Matilda

Vi förberedde oss för träningen genom att dra på oss varma kläder. Vi lade också märke till en kul sak; det fanns tre par likadana skor! Jag, Lovisa och Stina hade exakt likadana. Som tur var kunde vi se skillnad genom att det var olika storlekar och sulor. Vi gick till startpunkten över en bro. Det var lite mulet, det duggregnade. Vi fick gå över en stor väg på en läskig bro (högt!) på vägen dit. En bit innan startpunkten var "målet", där vi lämnade jackor och andra överdragskläder. Jag lyckades låna en liten plats i Fridas kasse. Tur det, för annars hade den varit dyblöt. Vi gick vidare till startpunkten. Bredvid där vi stod fanns det söta hästar i en hage.

Vi fick reda lite på hur vi skulle göra när vi var färdiga och sedan var det bara att springa. Det fanns några få

Fyra glada tjejer – Stina, Helen, Olivia och Emma (eller är det Lovisa?)

skuggor, som vissa fick dela på. Jag fick ingen skugga, men lika bra det. Jag brukar känna mig jättestressad när jag har skugga. Ellen, May och Philip hade samma bana som jag. Jag såg Philip och May många gånger, men Ellen såg jag inte till. Banan jag sprang var rolig, fast lite klurig om man inte kollar sig om ordentligt (jag glömde det vid 3:an.). Det var halt också eftersom det regnade så. I slutet av banan ramlade jag och skrapade upp ena knäet. På elljus-spåret i slutet hade jag, May och Philip en slags spurt. Då gjorde vi slut på de sista krafterna.

Vi väntade ett tag tills det kom någon mer blöt person, sedan gick vi tillbaks till klubbstugan och duschade. Jag hade som vanligt gått ner i ett litet kärr med min ena fot. Jag tog på mig tjocka tröjor, man blir lite frusen av att vara ute. Efter ett tag kom de andra som sprang. När alla duschat åt vi lunch. Alla var väldigt hungriga efter träningen.

Efter lunchen lekte vi lite kurra-gömma. En gång gömde jag och Lovisa (eller var det Emma..?) oss bakom en svettig tröja som var upphängd på en krok. Vi blev hittade fort, men det var bara skönt att komma bort från den våta tröjan. Väldigt många av oss var så trötta så vi satte oss ner i soffan ett tag och tog det lite lugnt. Vi började leka viskleken, med några konstiga ord. Fisken flyger? Resul-taten av några enkla ord blev svår, komplicerade ord, som man inte fattade ett dugg av.

På eftermiddagen blev det en till träning också. Fast man kanske borde döpa om just den delen till ordjakt. Vi blev indelade i fyra lag. För att hitta lagkompisarna skulle man göra charader och hitta de som gjorde

likadana charader. Jag fick kompass. Det var ganska enkelt, och till slut stod jag, Emma, Ellinor och Philip där med varsin osynlig kompass i handen. De andra charaderna som fanns var till exempel målspurt, karta och någon mer, kanske orienteringskärm.
Vi gick till vårt förra mål, där vår start var nu. Alla lag fick varsin färg, och sedan skulle vi springa runt på ett litet område och hitta först röd 1, sen röd 2 osv. Man skulle då ropa på resten av laget och samlas vid rätt siffra och färg. Den delen var det som avgjorde startordningen. Lag Kompass råkade hamna sist, men kompasser ger sig inte.

Micke alltid snabb i skogen

Alla lag fick varsitt kuvert. Först fick laget som var färdiga först sitt kuvert. I kuvertet låg instruktion och två kartor. Vi skulle hitta ord, bilder eller siffror vid varje kontroll. Vid en av kontrollerna var det något speciellt man skulle göra också, men alla hann inte ta den. När det äntligen var dags för lag Kompass (märks det att jag är stolt över lagnamnet?) att starta delades vi så att Ellinor och Philip sprang, och Emma och jag. Vi sprang på genom banan och valde ut några kontroller vi skulle ta. Det var tidsbegränsning, så man var tvungen att vara försiktig. Vid en av de sista kontrollerna som vi skulle ta, vid golfbanan, träffade vi Lovisa och Frida. De sprang tillsammans. Medan vi lugnt sprang på till kontrollerna, såg vi Micke komma i full fart. En av kontrollerna på andra sidan golfbanan låg högt upp på en höjd. Det var halt och långt att springa upp dit. På vägen tillbaks till målet sprang Emma och Lovisa jättefort. Jag och Frida hann knappt med, de var jättesnabba! Vid målet fick vi veta att Mikaela gjort sig illa och att Philip följt med henne tillbaka. Ellen och Ellinor sprang då tillsammans.

Efter ett tag när lag Målspurt inte kommit gick vi iväg vägen som Camilla trodde de skulle komma ifrån. Efter ett tag kom de. Då började det svåra. Vi skulle sätta ihop ledtrådarna. Ett tag trodde jag vi skulle till väg 70. Helt fel gissat! Lag Målspurt sprang iväg. Lag Karta (eller var det Skärm..?) sprang iväg. Vi satt ner som frågetecken, men sedan fick vi hjälp av Camilla. Det var "70 steg från huset" eller något liknande. Vi rusade iväg. Vi räknade inte stegen precis, men Ellinor visste om någon båt som hon sett föregående kväll. Båt var visst också med. Och Ellinor

hade rätt om båten. Under båten så låg det en kasse, fylld med godispåsar och en text! Vi hade hittat skatten! På vägen tillbaks till klubbstugan såg vi det fjärde laget också. Innan alla gick in och duschade stod vi och åt lite godis. Mums!

Philio, Ellinor och Sonja på Stafett-DM

Efter att ha varit ute länge duschade många med varmt vatten. Bastade gjorde vi också! Efter allt bastande och duschande tog jag och fler frusna på oss varma kläder.

Det blev ganska snart middag. God, varm mat efter att ha varit ute i regnet var väldigt skönt. Vid middagen gjorde jag, Ellen, Frida, Stina, Helén, Emma, Lovisa och Olivia en vatten-drickar-lek. Man sa t.ex. "Alla som har en syster dricker nu". Man fick bara dricka en klunk i taget, och så skulle man bli färdig fortast möjligt. Enda nackdelen var att man började må fruktansvärt illa, efter tre glas med vatten. Efter middagen fick vi glass som efterrätt. Det var jättegott med glass, men efter vatten och middag var man proppmätt, så man tog ju inte fem portioner precis.

På kvällen blev det en till rolig sak, som man hurrar lite för (hurra!). Vi skulle ha inomhusorientering! Vi hade samma lag som förut, fast vi var lite varmare, och vi hade inte våta kläder på. Banan var jätteskoj, lite annorlunda i jämfört med orientering utomhus, det är inte ofta kontrollen sitter på en tvättmaskin. Det fanns två svårighetsgrader. Första sträckan var den lättare banan, andra var den svårare, tredje likadan som första och fyran var likadan som andra. Priset den här gången var äran, och det var ganska jämnt i slutet vet jag.

Efter att vi gått igenom PM och städning inför morgondagen gick vi och la oss. Eller vi försökte. Våra madrasser låg huller om buller där vi lagt dem. Men efter ett tag hittade vi dem. Det fanns inte så mycket plats däruppe, så vi omklädningrumssovare sov i vårt kära gamla omklädningsrum en natt till. Nu i omklädningsrummet hade killarna försvunnit helt och så gjorde vi plats åt Stina.

Den där kvällen kunde vi inte riktigt somna. Vi tog kort med Ellens mobil på oss (ett gruppkort med pyjamastjejer) och jag testade alla madrasser. Fridas var skönast, sen kom Emmas och Lovisas madrass. Olivias var hårdast. Vi upptäckte också en mobil som fick meddelande stup i

Samling vid vindskyddet på Stafett-DM

kvarten. Det visade sig vara Jennys mobil, så vi gick med den till andra omklädningsrummet där de fortfarande var vakna.

När jag väl lagt mig somnade jag och vaknade en timme senare. Då pratade de andra (med de andra menar jag herromklädningsrumssovarna) fortfarande. Klockan var elva då, så sådär jättemycket tidigare somnade vi väl inte.

Söndag

Tidigt på morgonen blev vi väckta av mobiler som vi ställt alarm på. Vi somnade om. När Mats kom gick jag, och några till och gjorde frukost. Vi skulle åka först, för vi skulle starta i våra lag. Så efter frukost packade vi färdigt och åkte. När vi precis satt i bilen kom jag på att jag glömt min svarta gosedjurshund Blackie. Som tur var var Mats utanför så jag sa till honom att säga till Ellen att jag glömt Blackie. Vi åkte vidare till tävlingen.

När vi var framme där på tävlingen parkerade Elsa (som vi åkte med) på den leriga ängen. Vi fick sedan gå väldigt långt till TC, längs en landsväg till och med. Eftersom vi var där så tidigt fick vi hjälpa till att sätta upp klubbtältet. Elsa skulle göra lite lagändringar, men då kom hon på att hon glömt papperna i bilen. Micke fick i uppdrag att hämta papperna. När han sedan kom till parkeringen ringde han och undrade hur bilen såg ut, trots att han åkt med den! Till slut kom han tillbaks och Elsa började ändra lagen.

Frida mådde inte så bra så då fick Elsa ändra om D14-lagen ganska mycket. Det bestämdes att Emma skulle springa H16, för där var någon sjuk. När Elsa lämnat in ändringarna kom hon på att hon anmält Lovisa till H16, istället för Emma. De är ju väldigt lika så det är ju lätt hänt (det har hänt mig med).

Starten närmade sig och först startade herrarna. Jag kollade på starten

och blev genast nervös. Jag tycker inte om att starta, det är läskigt! Elsa skulle starta samtidigt som jag, så hon hjälpte mig att värma upp, något som jag aldrig gör utan glömmer! När jag sedan stod nere vid kartan, var det inte så mycket tid åt att vara nervös. Bakom snitslarna stod flera från klubben, redo att heja!

Efter att startskottet gick rusade jag iväg. Vid startpunkten stannade jag och kollade noggrant. Banan var gafflad så man fick se upp så man inte följde efter någon annan. Banan var bara att följa stigar i början, vid de första kontrollerna. I mitten av banan var det mellan två kontroller man kunde springa en lång omväg eller rakt igenom ett kalhygge. Jag valde kalhygget, men var väldigt osäker på om jag sprang rätt. Till kontrollen efter kunde jag springa längs fältet. Den kontrollen låg precis vid ett brett dike, så det var väldigt kul att hoppa över. Sedan följde jag diket upp till stigen. Till sjuan kunde man springa genom skogen eller längs en stig. Jag sprang upp precis innan stigen, medan jag såg flera andra som virrade runt längre ner. Där sprang jag om många. Från sjuan var det bara kontroller där man följde stigar till mål. Jag spurtade på där och växlade sedan till Sonja, som såg ut att vara väldigt pigg.

När jag gick tillbaks från duschen träffade jag Sonja – var hon redan färdig? Sonja hade sprungit på bara 17 minuter! Jag och Frida gick runt och hejade på alla TMOK:are vid sista kontrollen. Flera som nyss sprungit kom till oss och hejade. Olivia och Helén kom nästan samtidigt, de hade sprungit tillsammans på mittensträckan.

Sigtunas rådhus – sista kontrollen

Vi som hejade där hade riktigt roligt – fast det hade vi ju haft hela lägret, så det var väl ingen större nyhet.
Det var tråkigt att åka hem. Vi sa hej då till varandra och började gå med våra tunga väskor tillbaks till den leriga gräsängen.

Saker som man tog med sig till tråkiga skolan, förutom träning, rolighet och allt som läger innebär: Jag lärde mig äta gräs (det vattnas i magen på mig.) och så började jag samla på tepåsar (då jag verkligen tog förpackningarna av vilja, inte för att det inte fanns papperskorg, som på min klassresa.). Teet var English Breakfest, som nu ligger säkert i min jeansficka med några tevänner!

Matilda Jonasson

USM 2007

Jag åkte till Nynäshamn ungefär samma tid på dagen som vid USM-lägret och där gick allt i repris förutom att det var mycket mer folk än gången innan. Jag och tre andra gick till Konsum och handlade bulle och yoghurt och sedan gick vi ombord. Det var inte så många orienterare på båten, jag tror de flesta åkte före oss.

När vi kom till Visbys färjeterminal så skulle ju såklart Sthlms killar vara så coola att de satte sig på rullbandet och åkte in till rummet där alla väskor fanns. Det gjorde att bandet stannade i en kvart och de flesta var riktigt irriterade, förutom Garry som bara var glad att det hände saker runt Stockholm.
Vi åkte i egen buss till Fårösund samtidigt som vi lyssnade på Stockholmlåten, som återkom extremt mycket under helgen. Vi fick bo rätt nära TC i en mycket stor gympahall precis vid duscharna.

På kvällen var det invigning och vi hördes såklart mest. Vi hade lånat kastrullock från köket och alla hade varsin "pipa". Efter invigningen blev det rätt tyst och det flesta gick och lade sig vid elva. Jag var en bland dem eftersom jag skulle starta runt 10.15 dagen därpå.

Eftersom jag tillhörde den tidiga patrullen var det vi som satte upp både flaggor och vindskydd. Gotlands mark är ju inte den mjukaste så det var nästintill omöjligt. Jag hann starta innan de fick upp vindskyddet.

Hanna – vid stafett-SM

På väg till start fick man springa en provbana på en kilometer, rätt svårt faktiskt. Jag och Anna Lindmark

Starten på distriktsstafetten

från Skarpnäck kom väldigt tidigt till start så vi fick stå länge och frysa. Jag var väldigt nervös med tanke på att banan var 5.9 och att det var Gotland det handlade om. Loppet gick väl inte direkt svinbra, jag gjorde några småbommar men i det stora hela var det helt okej. Däremot blev jag väldigt förvånad när jag kollade resultatlistan efter målgång då ca 40 personer hade kommit in. Då låg jag fyra. Jag slutade som femtonde och var jättenöjd.

På kvällen var det värsta över och då fick vi våra Sthlmströjor. Det berömda "discot" var väldigt b. Jag gick dit ett tag men det blev så pinsamt efter en stund att jag gick igen. Gubbar lekte DJ's med gamla låtar från typ Markoolio. Ringen med människor var väl tre-fyra meter i diameter. Tråkiigt !

Dagen därpå gick jag till TC med andra gruppen men det var ändå väldigt tidigt. Jag tillhörde femtelaget och H15-killen i mitt lag kom in bland de första så jag stack ut med "eliten". ☺

Jag var trött efter dagen innan och banan gick mycket ut på att springa, så det gick väl sådär. Vårat förstalag gjorde en jättebra insats och gick och vann. När Johanna Olsson varvade såg hon inte ens trött ut, *suck*.

Vi åkte hem med en båt som åkte runt fyratiden från Visby. Hemresan var ganska seg och alla var nog väldigt trötta. Men jag och Tove Alexandersson tvingade folk att köra "maffia" i hissen så det var väldigt kul ändå.

Detta var första helgen på en period med läger varenda helg i en månad så nu är jag ganska trött på läger. ☺

Hanna

Lilla Natti natti

Den 26 september var det dags för Natti-natti som denna gång hölls vid Vinterviken med Aspuddens skola som TC.

Laget skulle bestå av fem stycken ungdomar under 16 år gamla. Det var Emma och Stina som skulle starta med varsin parallell sträcka. När Emma och Stina hade varvat började jag (Frida) och Matilda att värma upp och sedan gå in till växelfållan.

Ett litet tag efter att vi var klara för att springa i väg kommer Emma uppför upploppet med Stina cirka 5-10 meter bakom sig. Efter att Emma växlat till Matilda och Stina till mig var det nu vår tur att springa. Banan var väldigt enkel med bara en lite klurigare kontroll. Även jag och Matilda varvade samtidigt eftersom vi i stort sett hade samma kontroller hela banan. Men det var kul att springa med Matilda och det gick bra. Vi hade bara ett litet problem med att hitta en av kontrollerna och det var den som var lite klurigare.

När vi hade stämplat vid sista kontrollen var det bara spurten kvar som jobbigt nog låg i en uppförsbacke☹. Sedan växlade vi över till Micke som hade fått äran att springa sista sträckan. Medan Micke sprang gick vi fyra tjejer runt och tittade och hejade på det stora Natti-nattilaget. Vi testade även Aspuddens skolas klätterställningar, det var kul.

Det roliga med stafetter är att det alltid är en så bra stämning men också för att man peppar varandra på ett sätt man inte gör i vanliga fall.

Frida

Starten på Lilla Natti-Natti

Höstlunken

En kall och solig söndag i början av november var det Höstlunken. Tävlingen anordnades av Snättringe SK.

Stina och Frida sprang Höstlunken ihop

För dem som inte vet så är Höstlunken en tävlig som går ut på att alla springer två och två (eller tre och tre) i en patrull. Patrullen måste hålla samman hela banan och hjälpas åt. Banan var ganska mycket längre än de banorna man brukar springa, i D13-16 klassen var banan lite mer än sex kilometer lång.

Jag bildade patrull med Stina och vi fick starttiden 10.10. När vi kom fram till Balingsnäs skola som var TC gick vi först runt och tittade på skolan lite. Det var en ganska fin skola, den hade färgade fönster och den var roligt byggd.

Strax innan kvart i tio började jag och Stina att värma upp och sedan joggade vi bort till starten. Vi gick som vanligt in i fållorna när tiden var inne och sedan fick vi springa iväg.

Banan var ganska lång så vår taktik var att ta det lugnt, men eftersom att det var så kallt sprang vi lite fort i början (för att bli lite varma) vilket vi kände av i slutet av banan. Efter-

som att det hade snöat på lördagen innan var det blött i skogen så stigarna försvann och blev till lera. Det låg även kvar lite snö i skogen (fast de områdena undvek man). Själva kontrollerna var inte så svåra men det var sträckorna emellan som blev krångliga. Vi hade väl inte några större problem med banan men jag kommer ihåg att vi tyckte att det var så konstigt när vi inte hittade en kontroll. Det berodde på att vi sneddade lite för mycket åt fel håll. Jag blev helt förvirrad och fattade ingenting men Stina lyckades fixa det på något sätt så efter ett tag var vi där vi skulle vara.

När vi hade sprungit halva banan var det vätskekontroll och sedan fick vi fortsätta att springa mot mål. Det gick ganska bra. Det mesta man gjorde när man sprang mellan kontrollerna var att undvika alla lerfält, det gick också ganska bra. Jag blev förvånad över att jag inte trillade i någon gång på grund av att jag är så klumpig och att det var massa små gropar i vägarna och i fälten. När vi hade stämplat vid näst sista kontrollen fick vi springa över en väg och sedan upp på en gångbro som liksom snurrade och man tyckte att den aldrig tog slut. När vi stämplat vid sista kontrollen som låg vid en brant var det bara upploppet kvar. Man var mer än lite seg i benen så det blev väl ingen direkt toppfart. Efter målgång blev vi serverade varm blåbärssoppa, det var jättegott efter en kall och lång tävlingsdag.

Frida

En bild från höstlägret i Gnesta där många ungdomar var med

Orienteringsskytte 2007

2007 har återigen präglats av stora tävlingsframgångar för orienteringsskyttarna i TMOK. Medaljer har det blivit i både VM och SM för både juniorer och seniorer.

Johan på skjutvallen under VM

VM

Vid VM, som genomfördes i Finland, erövrades tre guldmedaljer. Anders Boström i sprinttävlingen och i juniorstafetten tillsammans med Anders Karlsson och Ludvig Wenklo. Den sista guldmedaljen knep herrstafettlaget med Johan Eklöv, Robbin Kantarp och Björn Wistrand. När herrlaget kom in på skyttestadion inför sista skyttet så vågade inte undertecknad att se på. Det var en otrolig prestation av Björn, som klarade av att skjuta om en säker och rutinerad finsk löpare och dessutom med marginal föra Sverige till en efterlängtad seger.

Även ett flertal silvermedaljer erövrades genom Johan Eklöv i klassisk distans och Anders Karlsson i sprint och klassisk distans herrjuniorer samt Diana Sarmiala tillsammans med Helena Westling i damstafetten.

Totalt sett så var en VM succé för Sveriges del. Förutom alla medaljer så visade damerna i klassisk distans, att de är överlägsna då det var sju svenska löpare bland de åtta första.

Till nästa år hoppas jag att fler ifrån klubbens juniorer följer med på VM då tävlingarna genomförs i Göteborg.

Cuper

I Världscupen segrade Johan Eklöv med 14 poängs marginal, tack vare en jämn tävlingssäsong. Lars Strid kom på en 7:e plats. Diana Sarmiala kom på en 15:e plats och Emma Englid på en 32:a plats i damklassen.

I svenska cupen segrade Johan Eklöv och Lars Strid kammade hem en 4:e plats. Anders Boström var 12:a, Andreas Davidsson 14:e, Fredrik Lindström 18:e, Anders Karlsson 19:e och Patrik Axelsson 22:a plats. En placering de flesta skulle kunna förbättra om de hade ställt upp i mer än en deltävling.

I damklassen hamnade Malin Sandberg på 20:e plats och Emma Englid på 26:e plats. Även här skulle placeringarna lätt kunna förbättras med fler tävlingar.

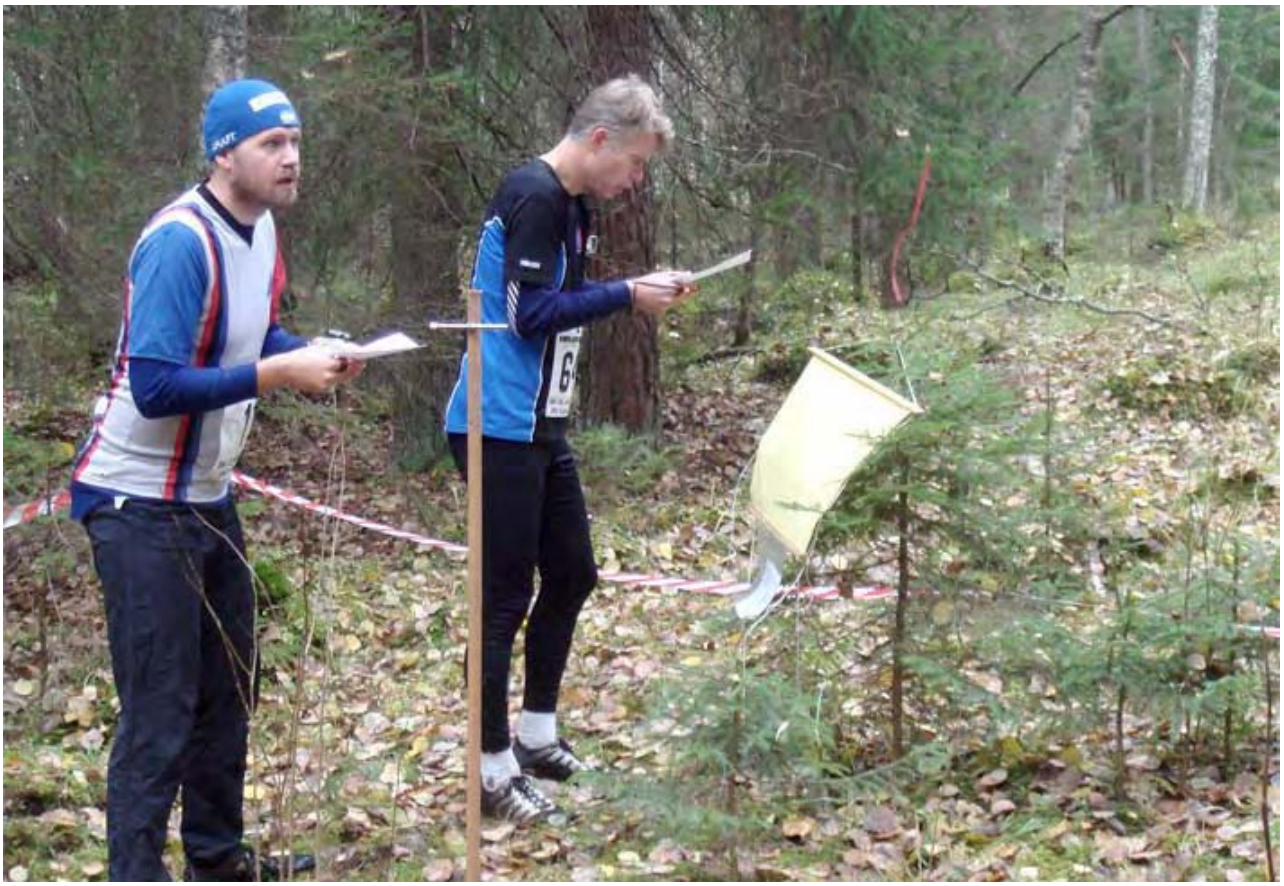
För att få poäng i Världscupen respektive svenska cupen måste man ställa upp i H/D21 klassen, vilket gör att juniorerna inte har deltagit i så många deltävlingar.

I början av året genomfördes som vanligt de populära Karlbergscuperna som Tor Lindström och Peter Tengbrand brukar anordna. Tyvärr var det relativt få ifrån TMOK som var med på tävlingarna, men jag hoppas att det blir desto fler nästa år för det är ett utmärkt sätt att börja säsongen på.

Svenska Mästerskapen

SM sprint genomfördes i Enköping och ett antal mästerskapstecken togs av klubben.
I H20 vann Anders Karlsson före Anders Boström och i H21 tog Johan Eklöv hand om en tredje plats. Tyvärr blev det inte mästerskapstatus i H16 resp D50 där Patrik Axelsson och Eva Boström vann sina respektive klasser.

SM klassisk var vi själva arrangörer för och tävlingen genomfördes vid Högbo bruk.
Även här vanns ett antal mästerskapstecken av klubbens medlemmar. Tyvärr blev det ingen mästerskapsstatus i juniorklassen varför våra herrjuniorer valde att springa H21 istället. Segrare i H21 klassen blev Johan Eklöv och Anders Boström placerade sig mycket bra i hård konkurrens och blev 4:a.
I lagtävlan så tog herrarna åter hem Hans Majestät Konungens minnespris som bästa herrlag med Johan Eklöv, Anders Boström och Lars Strid.
I H45 placerade sig Conny Axelsson på en fin 3:e plats. I D45 vann Eva Boström men utan mästerskapsstatus.



Fredrik L och Conny under punktorientering

Även på SM stafetten var vi arrangörer men ställde ändå upp med ett flertal lag. Det var ju inte fråga om hemmaterräng.
Överlägsna segrare i H21 blev Anders Boström, Lars Strid och Johan Eklöv. TMOKs andra lag placerade sig på en 4:e plats och i laget sprang Andreas Davidsson, Anders Karlsson och Patrik Axelsson.
På damsidan kunde tyvärr inte Diana ställa upp pga knäskada dagen innan så Emma Englid sprang i ett kombinationslag med P10. Efter lite vapenstrul och en hel del lärdomar så hamnade de på placering 6, placeringen före vårt rena TMOK lag med Eva Boström och Jette Axelsson

Anders Boström, framgångsrik junior

Distriktsmästare
Under året har endast Kortdistans DM genomförts.
Patrik Axelsson tog silver i H16 och i H21 vann Johan Eklöv strax före Anders Boström och Anders Karlsson. I H40 tog Tor Lindström hem andra platsen.
På damsidan tog Matilda Lagerholm silver i D20. Tyvärr var Eva Boström själv i sin klass så det blev ingen mästarskapstatus i D50.

Träningsläger
Först ut under 2007 var ett upptaktsläger på Karlberg, en helg i januari. Inriktningen var i år fokuserad på skytte och orienteringsteknikträning. Med på lägret var ett flertal av TMOKs aktiva orienteringsskyttar och de flesta valde att sova kvar på Karlberg slott under helgens aktiviteter.

I samband med ungdoms- och rekryteringslägret på Muskö anordnades kort DM i Häverödal. Förutom alla ungdomar och några till så var även Svenska Dagbladet där och gjorde ett stort reportage om Orienteringsskytte, ni missade väll inte att läsa deras artikel den 22 juni?

Förutom dessa läger har det även funnits möjlighet att vara med på läger i Ronneby, Halmstad och VM-läger i Finland.

Bertil G:son Ugglas pris
Vissa av er i klubben kanske kommer ihåg Bertil Uggla som är mest känd ifrån radions morgongymnastik under åren 1929-1945. Förutom det så har han bl a ett flertal olympiska medaljer i varierande sporter. Vid hans död bildades en fond för att bevara och levandehålla Bertil G:son Ugglas minne och i år tilldelades Johan Eklöv detta pris.

Terese Eklöv

Program för Vinterserien 2008

Datum	Klubb	Plats	Telekarta
6 jan	Söders SOL		
13 jan	Mälarhöjdens IK		
20 jan	OK Älvsjö-Örby	Älvsjö gamla IP	53F5
27 jan	Järla IF OK		
3 feb	SoIK Hellas		
10 feb	OK Södertörn		
17 feb	Snättringe SK	Källbrinks IP, Huddinge	54B8
24 feb	Skogsluffarnas OK		
2 mar	IFK Enskede	Ravinenstugan, Nacka	56E3
9 mar	Skarpnäcks OL	Kärrtorps IP, Kärrtorp	56B2
16 mar	IFK Tumba SOK		

Varje söndag under vintern ordnas som vanligt vinterserien. Enkla träningstävlingar där du själv väljer och ritar in din bana. Starten är mellan 10 och 12 om inte annat angives.
Numera så tas ofta tiden med SportIdent så glöm inte att ta med din bricka.

Startavgift: 10:- per deltagare, kostnad för karta och omklädning tillkommer. Kartor finns till försäljning.

Åtminstone följande banor ska finnas, men det kan finnas fler.

A: 7 - 9 km svart
B: 4,5 - 5,5 km svart
C: 3 - 4 km blå
D: 2,5 - 3 km gul

Kontrollera ändringar på websidan eller telefonsvarare.
Websida - www.rabarber.se/luffarligan och klicka vidare till "Vinterserien".
Telefonsvarare 08 - 81 78 08 (Skogsluffarna).

Mer information och resultat kommer också att finnas på websidan. I år saknas än så länge information om plats för de flesta arrangemangen, men mer information brukar komma närmare varje arrangemang.

ANSLAGSTAVLAN

Födelsedagar – Grattis!

Femtal i 60-åringar under december

Olle Laurell 3 dec

Bo Skoog 13 dec

Ann-Louise Bjernevik 18 dec

Lena Rindevall 24 dec

Kenneth Näslund 28 dec

Adressändring

Ulrik Englund

Kronobergsgatan 15, 5tr.

112 38 Stockholm

Nyfödda - grattis

Johan Fors och Mimmi Loberg fick en dotter den 25 nov

Linda Ruthström och Per Larsson fick en son, Jerker, den 22 nov

Nygifta - grattis

Catharina Ryman och Mikael Hansson

gifte sig 9 september

båda heter numera Ryman

Prispallen 2007

2:a plats

Brommakorten 15/9
Olof Rudin H70

slättfors/Ödmården Medel 16/9
Arne Karlsson H45

Sumpslitet 16/9
Olof Rudin H70
Eva Boström D45 M

OK Linnés Nationella 23/9
Johan Eklöv Ö9

Natti-Natti 26/9
Tumba-Mälarhöjden OK 1

Österåker medeldistans 29/9
Carina Hill D40

Skol-SM publiktävling 30/9
Stefan Ljungberg Ö6

25mannakorten 7/10
Bara Malisova D21-2
Per Forsgren Ö8

Helg utan älg totalt 20-21/10
Kerstin Skoog D55M

Tullinge Novtävl medel 10/11
Elsa Törnros D21
Mikael Mellberg H14

Tullinge Novtävl lång10/11
Helen Törnros D55
Mats Käll H35

1:a plats

Natt-DM 7/9
Karin Skogholm D21
Joakim Gunnarsson Ö9

Sumpslitet 16/9
Anders Boström H18

Dunakanyar Kupa, Ungern 21/9
Per Forsgren F21

Hammarslaget 29/9
Arne Karlsson H45

Österåker medeldistans 29/9
Helen Törnros D55
Ulrik Englund Ö8

25mannakorten 7/10
Ulf Lilja Ö7

Haninge Nattsprint 26/10
Anders Boström H18
Emma Englid Ö7

Höstlunken 4/11
Eva E/Jenny A D17-20

Tullinge Novtävl medel 10/11
Eva Englid D18
Helen Törnros D55

Tullinge Novtävl lång10/11
Matilda Lagerholm D18

3:e plats

Natt-DM 7/9
Elsa Törnros D21

Brommakorten 15/9
Carina Hill D40

Sumpslitet 16/9
Mikael Mellberg H16
Moa Hill U1

Ungdomsseriefinalen 22/9
Hanna Persson U1 D

Österåkerskavlen 29/9
Mikael Mellberg H16 (m Söders)

Skol-SM publiktävling 30/9
Carina Hill D40
Patrik Adebrant Ö8

Turebergs IF lång 30/9
Olof Rudin H70
Björn Nilsson H35

25mannakorten 7/10
Ulrik Englund H35

Falkdrevet 14/10
Arne Karlsson H45

Helg utan älg 20/10
Kerstin Skoog D55M

Höstlunken 4/11
Elsa T/Joakim G Mix
Markus Fredlund Ö8

Tullinge Novtävl lång10/11
Eva Englid D18
Elsa Törnros D21
Anders Käll H35
Hanna Persson Ö1

Totalt hittills under 2007 (hela 2006)

66(68) 2:a platser

50(65) segrar

83(65) 3:e platser

Lite statistik från prispallen 2007

Ulrik – flitigast på prispallen

62 olika TMOK-are, varav 33 damer och 29 herrar, har varit på prispallen totalt 200 ggr under 2007

Toppen ser ut så här:

14	Ulrik Englund
13	Kerstin Skoog
11	Joakim Gunnarsson
9	Elsa Törnros
9	Eva Boström

VÄRDPAR

För soppkvällar i Harbro torsdagar våren 2008

Datum	Namn	Tel
10/1	Familjen Asztalos	530 688 44
17/1	Ove och Elisabeth Anders och Emma Käll	646 04 33 532 525 36
24/1	Börje och Anders Karlsson	530 319 09
31/1	Elsa Törnros och Joakim Gunnarsson	420 340 92
7/2	Gunilla och Kurt Isaksson	530 356 31
14/2	Per och Sofia Forsgren	99 37 15
21/2	Thomas Eriksson och Håkan Edman	530 395 34 070 453 91 47
28/2	Kenneth och Karin Näslund	532 553 33
6/3	Harald Nordlund och Mats Adolfsson	645 16 46 704 29 12
13/3	Staffan och Helen Törnros	646 16 32
20/3	Skärtorsdagen, ej soppkväll	
27/3	Alwe Wandin & Berit Karlsson	531 733 41

Städning av Harbrostugan

Arbetet består i att städa alla utrymmen i anslutning till herr- och dambastun, toaletterna samt att tömma papperskorgarna. Städutrustning finns i ”Pannrummet” i entrén till herrbastun. Där finns det också en städinstruktion som beskriver vad som ingår i städningen.

Vårt förslag är att arbetet sker i samband med värdskapet, men städningen behöver inte utföras på torsdagar. Huvudsaken är att det blir utfört under respektive vecka. Städningen tar ca en timme.

Ni kan ju naturligtvis byta med någon annan om de nedanstående veckorna inte passar.

Harbrokommittén/Roland Gustavsson
tfn 08-530 318 42, mob. 070-5566248

Städschema våren 2008	
Vecka 3	Familjen Käll
Vecka 6	Gunilla och Kurt Isaksson
Vecka 9	Kenneth och Karin Näslund
Vecka 13	Alve Wandin och Berit Karlsson
Vecka 16	Se fortsättning i nästa TriangelTajm

Lars KLU RIGA

Förra numrets lösenord var TOMINTOUL vilket Karin Skogholm och Bengt Holdt klurat ut En isskrapa kommer med storken.

Skicka whiskyn (fysiskt eller elektroniskt)
till Lars Strid
SMS: 070-79 26 101
eller
l_strid@yahoo.com

Whiskyn är: En riktig Bogiewhisky

1	2	3	4	5	6	7

Kan gå upp under lopp		Yereran Land	Vaktar Smålands kassen	G L A D	Sydafrika parti	Ny Demokrati				SUR Kan skinka vara	
Ger kärr											2
Lever ri för	5										
I Gnesta 2008 SUR		4					1		Islamistisk republik		Bögig film
			Sätter vi nummer på i Sverige		Flerfaldig Jukola felstämplare		Säd del	Gör Fisk-bullar	Nationell		
				3			Bör man muschen				
25:e Raserar Emil ort						Var finnarna på 25 manna	K I D Z			6	
			Finns på Gotland	By utanför Njurunda			Mä prefix				Tunnel bana
					7				Vinter slask		

IFK Tumba Skid & Orienteringsklubb OK

Styrelsen

Ordförande	Conny Axelsson	530 362 16
Vice ordförande	Stefan Fredlund	530 320 31
Kassör	Tomas Holmberg	530 304 73
Sekreterare	Pär Ånmark	530 345 86
Ledamot	Thomas Eriksson	530 395 34
Suppleant	Ulrik Englund	618 15 01
Suppleant	Mikael Hill	532 540 01
Hedersordförande	Håkan Allinger	530 319 68
Revisorer	Patrik Adebrant	447 61 61
	Sören Lindström	532 559 96
Valberedning	Johan Eklöv	530 334 53
	Monika Nygren	650 40 10
	Lars Stigberg	530 344 95

Ekonomikommittéen

Ansvarig	Tomas Holmberg	530 304 73
	Conny Axelsson	530 362 16
	Pär Ånmark	530 345 86

Rekrytering och utbilding

Ansvarig	Camilla Svensson	532 505 71
	Mario Matanovic	532 505 71
	Lotta Östervall	532 530 69
Naturpasset	Håkan Allinger	530 319 68

Tävlingar/kartor

Ansvarig	Pär Ånmark	530 345 86
	Peter Almgren	530 343 58
	Per Ericsson	520 391 39
	Stefan Fredlund	530 320 31
	Tomas Holmberg	530 304 73
	Lennart Hyllengren	532 532 08
	Anders Käll	646 04 33
	Mario Matanovic	532 505 71
	Lars Stigberg	530 344 95

Skid-och skidorientering

	Stefan Fredlund	530 320 31
	Thomas Eriksson	530 395 34

Harbrokommittén

Ordförande	Roland Gustavsson	530 318 42
	Tore Johansson	530 363 22
	Bo Sjöberg	532 538 47
	Paul Strid	530 318 39

Botkyrka Salem Kartkommittén

Ordförande	Anders Winell	530 280 12
(SÖKA)	Per Ericsson	520 391 39
	Stefan Fredlund	530 320 31

25mannaföreningen

	Pär Ånmark	530 345 86

Hacksjöbanans föreningsråd

	Tor Lindström	532 532 17
	Johan Eklöv	530 334 53

Skallgång

	Tor Lindström	532 532 17

Adress	IFK Tumba SOK Skyttbrinksvägen 2 147 39 Tumba	
Telefon	Harbrostugan	530 366 70
Postgironummer	IFK Tumba SOK	33 78 40-3
Medlemsavgifter	Enskild	300kr
	Familj, samma adress	700kr
Tävlingsavgifter	21 till och med 64	450kr
	65år och äldre	200kr
Adressändringar	Roland Gustavsson	530 318 42
	8666gustafsson@telia.com	

Meddela triangeltajm@hotmail.com om du ser några felaktigheter på den här sidan.

Mälarhöjdens IK, Orientering

Styrelsen

Ordf	Fredrik Huldt	531 731 66
V ordf	Joakim Gunnarsson	42 034 092
Kassör	Staffan Törnros	646 16 32
Sekreterare	Annica Sundeby	654 46 12
Valberedning	Helen Törnros	646 16 32
	Diana Sarmiala	0158 123 84

Ungdomskommittén

Ansvarig	Karin Skogholm	778 82 56
	Maria Lindstrand	073 762 44 57
	Åke Samuelsson	530 39156
	Staffan Törnros	646 16 32
	Elsa Törnros	420 340 92

25mannaföreningen

	Fredrik Huldt	531 731 66
Sponsorkontakt	Lars Krieg	97 67 25
	Bengt Huldt	531 703 41
Adress	Mälarhöjdens IK Orienteringssektion Puckgränd 19 129 49 Hägersten	
Telefon	Puckgränd	97 44 34

Postgiro

Mälarhöjdens IK orienteringssektion 50 22 33-0

Medlemsavgifter	Ungdom, upp till 20	75 kr
	Vuxen, 21 och äldre	200 kr
	Familj, samma adress	400 kr
Tävlingsavgifter	21 till och med 64 år	450 kr
	65år och äldre	200 kr
Adressändringar	Staffan Törnros	646 16 32
	staffan.tornros@telia.com	

B FÖRENINGS-
BREV

Plats för adressetikett

PORTO
BETALT

Fudge

Ett lättgjort julgodis som har förekommit i mitt hem sedan jag var liten och som vi fortfarande gör varje år. Det blir lite smuliga och spröda bitar som man inte biter sönder tänderna på.

Ingredienser:

3 dl	socker
1 ½ msk	smör
2 dl	grädde (eller mjölk)
1 msk	vaniljsocker
2-3 msk	kakao

Gör så här:

Blanda ihop alla ingredienserna i en traktörpanna eller tjockbottnad kastrull.

Koka massan, under omrörning då och då, minst 15 min eller tills den klarar kulprovet. Dvs då några droppar av massan hällda i kallt vatten går att rulla till en kula. (Temperaturen på massan ska vara ca 125 grader.)

Häll upp massan på bakplåtspapper på en plåt.

Skär den i bitar med en smord kniv efter några minuter. Den bör inte ha svalnat för mycket.

Lycka till!
Helen

~~Avs.~~
~~Tumba-Mälarhöjden OK~~
~~Skyttbrinksvägen 2~~
~~147 39 Tumba~~