

# Verksamhetsberättelse 2007



**Linköpings  
Orienteringsklubb**





## Innehållsförteckning

Innehållsförteckning .....	3
Verksamhetsberättelse .....	4
Styrelse .....	4
Kommittéer och specialfunktioner .....	4
Medlemsantal .....	5
Ekonomi .....	6
Datakommittén .....	6
Elitkommittén .....	7
Träning .....	7
Tävling .....	7
Stafett .....	7
SM .....	7
Informationskommittén .....	8
LOK-gårdskommittén .....	8
Motionskommittén .....	8
OL-arrangemangskommittén .....	9
Sammankomster .....	9
Tävlingar .....	9
Klubbmästerskap .....	10
Kartor .....	10
Planering för framtiden .....	10
OL-artiklar .....	10
Sponsorkommittén .....	11
Tävlingskommittén .....	11
Ungdomskommittén .....	12
Veteranverksamheten .....	13
Utmärkelser 2006 .....	13
Slutord .....	13



## Verksamhetsberättelse

Styrelsen för Linköpings OK har härmed nöjet att avge följande verksamhetsberättelse över föreningens verksamhet under tiden 1:a januari 2007 till och med 31:a december 2007.

## Styrelse

Styrelsen har haft följande sammansättning:

<b>Ordförande:</b>	Ulla Kjell	<b>Ledamöter:</b>	Jörgen Sköld
<b>Vice ordförande:</b>	Per Magnusson		Jan Lundgren
<b>1:a sekreterare:</b>	Gunvor Fridh		
<b>2:a sekreterare:</b>	Peter Aronsson	<b>Suppleanter:</b>	Maria Olofsson
<b>Kassör:</b>	Curt Tillman		Lennart Svernestam

Under verksamhetsåret har ### styrelsemöten samt årsmöte och höstmöte hållits.

## Kommittéer och specialfunktioner

Samman kallande står med **fetstil**.

**Revisorer:** Lars-Erik Henriksson, Bertil Södergren  
**Revisorsuppleanter:** Kjell Hagström, Kerry Kempe

**Valberedning:** **Inger Gustås**, Inga-Lill Pettersson, Mats Backteman,  
Fredrik Wallin (suppleant), Peter Jakobsson (suppleant)

**Datakommittén:** **Joakim Tosteberg**, Ulf Bergqvist, Per Magnusson, Henrik Pettersson,  
Fredrik Pettersson, Mattias Wingstedt, Mikael Kalms

**Elitkommittén:** **Jonas Svernestam**, Christian Enberg, Fredrik Wallin, Pia Gustafsson,  
Jakob Gustavsson, Cecilia Enberg, Annika Ivarsson  
**UK huvudansvarig:** Christian Enberg  
**UK bollplank:** Karin Backteman, Anders Berg  
**Medicinsk kontakt:** Peter Jakobsson

**Informationskommittén:** **Monica Lindgren**, Maud Göthe-Lundgren, Andrea Westerdahl,  
Andreas Berg, Robert Vångell, Jenny Stenström, Annika Ledskog,  
Lovisa Wåhlander

**Klippbok:** Roland Fridh  
**Medlemsregister:** Curt Tillman  
**Utbildningssamordnare:** Johan Olanders  
**Lotteri:** Sofie Berger

**LOK-gårdskommittén:** **Rune Fritz**, Viola Fritz, Sune Johansson, Toije Hansson, Sixten Axelsson,  
Lars-Göran Göransson, Claes-Owe Swärdh

**Värdlistansvarig:** Monica Lindgren  
**Materielansvariga:** Rune Fritz, Karl-Einar Almén  
**Släpkåransvarig:** Karl-Erik Johansson

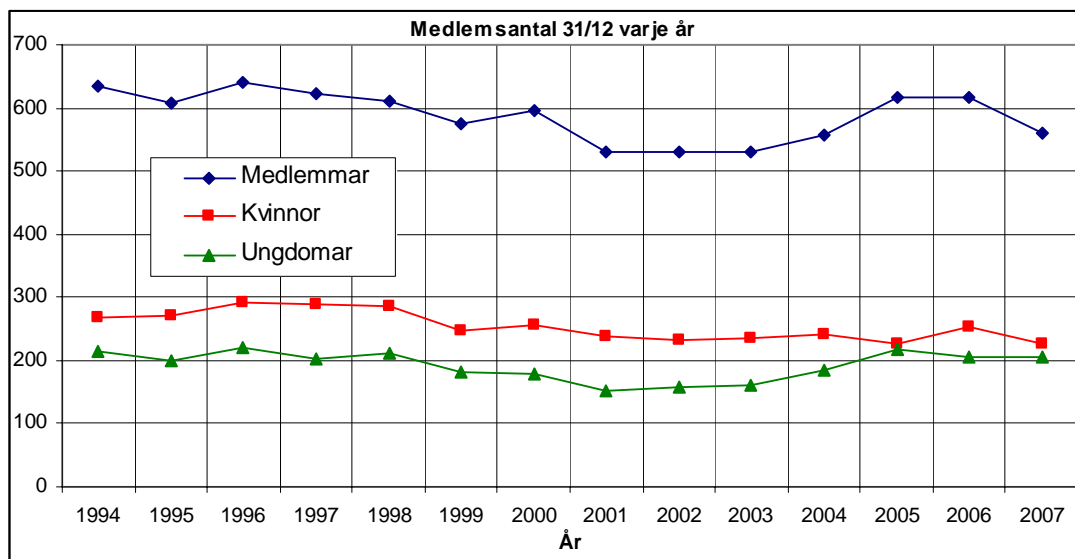


- Motionskommittén:** **Ole Pedersen**, Kjell Hagström, Ulf Waldenfjord, Roger Danielsson, Jörgen Svensson
- LOK-milen: Otto Holmdahl, Sune Johansson
- Östgötaleden: Ulf Waldenfjord
- OL-arrangemangskommittén:** **Inger Berg**, Markus Henriksson, Åke Ljunggren, Sören Nilsson Påledal, Helén Persson
- Kartansvarig: Karl Andersson
- 43-kavlegrupp: **Stephan Svensson**, Markus Henriksson, Tomas Boman, Pär Ericsson, Lennart Stuesson
- OL-artiklar:** **Peter Aronsson**, Ann-Sofie Svensson
- Tisdagsförsäljning: Elisabeth Wiklund
- Sponsorkommittén:** **Marianne Nyman**, Roger Stigsson, Helena Wassberger
- Tävlingskommittén:** **Magnus Herberthson**, Marie Svernestam, Tomas Boman, Curt Tillman
- Anmälare: Marie Svernestam
- UK för HD 35-: Mats Backteman
- Ungdomskommittén:** **Andreas Björklind**, Lisa Ledskog, Gitte Engström, Anna-Lena Karlsson, Carina Faxén, Jörgen Sköld, Thomas Stenström
- Ekorren Cup: Mats Backteman (bollplank)
- Nybjörkjarkurs: Ann-Sofie Bark, Inger Gustås

## Medlemsantal

Antalet medlemmar den 31/12 de senaste åren framgår av nedanstående tabell och diagram. Från och med 2005 har vi ändrat i vilka vi räknar in som medlemmar. Tidigare följde vi §15.2 i stadgarna som säger att såvida man inte begärt utträde så räknas man som medlem under två år efter att man slutat betala medlemsavgiften. Från och med 2005 är vi lite hårdare och räknar i statistiken ej med personer som underlåtit att betala från och med året innan det år verksamhetsberättelsen gäller. Detta år innebär det att personer som betalt 2006 men inte 2007 fortfarande räknas som medlemmar den 31/12 2007, medan personer som varken betalade under 2006 eller 2007 ej räknas med.

	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007
Antal medlemmar	634	607	640	622	610	575	596	531	530	530	556	617	618	559
Antal kvinnor	268	270	291	289	287	248	257	237	233	235	241	227	253	227
Antal ungdomar under 25 år	215	201	220	202	211	181	178	152	158	162	184	217	205	206
Antal hedersmedlemmar	8	8	9	9	9	9	9	10	10	10	11	10	11	11



## Ekonomi

...

### Datakommittén

Under året har kommittén köpt in en ny liten svartvit laserskrivare som är enkel att ha med sig ut på tävlingar för att göra resultatutskriften. Företaget Roxen IS har skänkt en färglaserskrivare, en enhet för avbrottsfri kraft (UPS) och en stationär dator. Färglasern står numera i källaren på LOK-gården där den används för utskriften av kartor. UPS:en kan man ha med ut på tävlingar för att säkra datordriften vid kortare och längre el-bortfall. Den nya datorn har uppgraderats och kompletterats med andra skänkta komponenter och fungerar nu som kartritningsdator. De befintliga datorerna har gått igenom och operativsystemen har uppgraderats. Ett par datorer, bildskärmar och skrivare har skrotats.

Datorbitarna på våra tävlingar lyckades vi genomföra på ett bra sätt trots att arrangerandet av O-Ringen tog en hel del kraft från flera personer som därför kände sig mindre motiverade att ta på sig stora uppgifter på 43-kavlen som låg strax efter O-Ringen. Per Magnusson avstod från tyngre uppdrag på O-Ringen för att istället fokusera på en av de tyngre dataposterna på 43-kavlen. Jonas Roth utanför kommittén gjorde också en stor insats med datajobb på 43-kavlen. Under 43-kavlen hade vi en del strul med resultatutskriften som i efterhand visade sig bero på att vi hade en gammal version av ett egenutvecklat program.

ÖOF har under året tagit beslutet att de ska gå över till att använda Sportident som stämplingssystem vilket kommer att underlätta för oss på kommande 43-kavlar då vi därmed kommer att kunna hyra all sådan utrustning direkt av ÖOF. I och med detta beslut har datakommittén givit styrelsen en rekommendation på vilken Sportident-utrustning som LOK bör köpa in själva för att använda på träningar och liknande.



## Elitkommittén

Som vanligt började elitkommitténs verksamhetsår i början av december i form av upptakt inför 2007. Denna gång var platsen och tiden LOK-gården den 9:e december. Under dagen presenterades årets tränings- och tävlingsupplägg medan kvällen ägnades åt mat och dans.

## Träning

En grundsten i Elitkommitténs uppgift är att ordna träningar. På tisdagar under i stort sett hela året ordnades intervallträning vid LOK-gården. På måndagar under vinterhalvåret hölls styrkegymnastik i Bäckskolan. Detta ska framöver utökas till att vara även under vår och höst. Under vinterhalvåret erbjöds natt-OL varannan torsdag; antingen från LOK-gården eller på någon annan karta. Övriga torsdagar erbjöds distansträning från LOK-gården. Tre gånger under vintern anordnades träningsdag på annan ort. Den första hölls den 20:e januari i Trädgårdstorp, Borensberg. Den 3:e februari var det dags för träningsdag i Åtvidaberg. Helgen därefter genomfördes årets tuffaste pass, Brutalpasset som i år utgick från Torstorp utanför Finspång. Övriga vinterhelger stod "Sunnes-bana" på programmet och ibland även den nystartade och populära "LOK-sprintcup"; sprintträningstävling på kartor i skala 1:5000 i och runt Linköping.

Under de ljusare månaderna byttes nattorienteringen ut mot teknikträning med uthängda kontroller.

## Tävling

Den 15:e februari åkte ett gäng på 15 LOK:are till Portugal på tävlingsresa för att under några intensiva dagar tävla på barmark. Resan var mycket uppskattad av deltagarna.

Den 9:e mars var det tävlingspremiär i Sverige och Halland. Den "riktiga" premiären för de flesta var dock helgen efter när första deltävlingen i juniorcupen avgjordes i Karlskrona. Under året har även tävlingsresor till juniorcuper, JVM-tester, elitserie samt SM med flera tävlingar anordnats.

## Stafett

Årets höjdpunkt på stafettsidan var som vanligt Tiomila som detta år avgjordes nordväst om Eskilstuna vid Gröndals motorstadion. LOK hade som vanligt ett stort gäng på plats. 5 damlag och 4 herrlag vilket medförde att det var imponerande 65 LOK-löpare som sprang. På plats var även fyra ungdomslag och ett veteranlag. Med detta var vi största svenska klubb! Herrarna tog en fin 28:e-plats medan damerna slutade på placering 50. Båda dessa placeringar var betydligt bättre än de närmast föregående åren.

Nästa stora stafetthöjdpunkt var den 16:e juni när LOK som vanligt åkte över till Finland för att springa Jukolakavlen. Även här var vi bland de största svenska klubbarna. Ett flertal andra stafetter genomfördes under året; bland annat Måsenstafetten, Kolmårdskavlen, Svartnatta, Stigtomtstavlen, Tjoget, DM och Smålandskavlen. På Svartnatta blev det seger i damklassen och en femteplats i herrklassen. Damerna tog även dubbelseger på Östgötakavlen och en fin 25:e plats på Smålandskavlen.

## SM

Årets bästa prestationer stod Anton Östlin för med sitt guld i H20 på SM i medeldistans och silver på långdistansen. Anton kom även 6:a på natt-SM tidigare under säsongen. På kavlen hade LOK ett tag 3 lag bland de 10 bästa efter mycket fina inledningar men till slut kom H20 8:a, D20 27:a, H21 24:a och D21 36:a.



## Informationskommittén

Månadsprogrammet (före detta LOK-Nytt) med information om kommande aktiviteter har anslagits varje månad.

Vår klubbtidning På Spåret har utkommit fyra gånger.

Nummer 3 och 4 utökades med fyra sidor för att dokumentera så mycket som möjligt från O-Ringen i Mjölby. I klippboken har också samlats tidningsartiklar som rör O-Ringen.

På anslagstavlan vid Vidingsjö motionscentrum har information om klubbens aktiviteter presenterats och haft många läsare.

Kommittén har också haft ansvar för viss information på hemsidan.

## LOK-gårdskommittén

Genom Toije Hanssons ledning har utbyggnaden av vårt förråd avslutats. Detta har medfört att förrådet är uppdelat i fyra rum. Målet har varit att försöka få en viss materielstruktur till ett visst rum. Inredningen av varje rum är i stort sett klar. Materiellistor med beskrivning av vad som finns i respektive rum kommer tas fram. En del kompletteringar återstår med uteplanen, skjutportar samt kompletterande målning.

En ny uteplats med tak, har byggts vid röda stugan. Här har dragkärran fått sin placering.

Till vår glädje har klubben erhållit ett visst kommunalt penningbidrag till utbyggnaden.

Efter vinterns stormar blev det ett behov att ta hand om träd som blåst ner på vår tomt. Som vanligt ställde Sixten Axelsson upp med sitt mobila sågverk med resultat att vårt virkesbestånd ökade. Allt virke har inte fått plats inomhus i förrådet, utan placerats i stabbar utanför mot Haningeleden.

De största underhållsåtgärder som utförts under året är:

- Byte av lavar i herrbastun samt
- genomgång av fastighetens elsystem.

Det sistnämnda resulterade i en åtgärdsplan som kommer genomföras nästa år

Utöver detta har en del mindre insatser utförts såsom lagning av tak p.g.a. vattenläckage, justeringar i kök, duschrum, anslagstavla mm.

Under året har det kasserats ej användbart materiel, bl.a. tält, stolar, snitsel och annat uttjänt materiel.

För övrigt har kommittén utfört de normala arbetsuppgifterna som upprättande av värddlista, uthyrning av lokaler, städinsatser både inne och ute, tillsyn av fastigheten, gräsklippning, bortforsling av skräp, uthyrning av släpkärran, samt inköp av nödvändiga saker.

Kommittén har inom sitt ansvarsområde fått stor hjälp av Karl Andersson (Kalle) som nedlagt många timmar bl.a. på markberedningen vid förrådet.

## Motionskommittén

Under året har motionskommittén haft möten vid två tillfällen, ett under våren och ett under hösten.

Kommittén har ansvarat för en O-ringenträning i mars, Sunes bana under söndagarna på vinterhalvåret samt viss övrig träning.



Ulf Waldenfjord har skött översyn och underhåll av vår del av Östgötaleden. Besiktning har ägt rum under våren (runt 1 maj) och under hösten (augusti/september). Rövning av sly har ägt rum där det bedömts vara nödvändigt. Stormen Per har ställt till med vissa problem på delar av vår sträcka. Markägarna bör här ta sitt ansvar för lämplig rövning.

Sune Johansson och Otto Holmdahl har ansvarat för översyn och underhåll av LOK-milen. Viss rövning av "överhäng" på spåret har gjorts under året. Kontakter har tagits med NEFO (kommunen) om LOK-milens status. Överenskommet är att NEFO levererar grus till två platser längs spåret där reparationer behöver göras efter skador från skogsmaskiner.

Diskussioner med kommunen (via styrelsen) har ägt rum angående cykling på LOK-milen. Diskussionerna har lett till en samsyn mellan LOK och kommunen angående villkoren för cykling på olika delar av LOK-milen. De delar av spåret som inte är inom naturreservaten bör vara tillgängliga för cykling. Inom reservatsdelen får man bara cykla på grusvägar, ej på stigar och löpspår. Tills vidare gör LOK inga ytterligare ansträngningar för att begränsa cyklingen på LOK-spåret.

## OL-arrangemangskommittén

### Sammankomster

Arrangemangskommittén har haft fem möten under året - i januari, mars, maj, september och oktober. Mötena har bedrivits i studiecirkelform inom SISU och pengarna som "tjänats in" kan användas till bidrag för kommande aktiviteter inom klubben.

Markus Henriksson deltog under våren i en informationsträff angående nyckelbiotoper och vad man som arrangör behöver veta om dessa. Länsstyrelsen anordnade träffen.

### Tävlingar

När det gäller tävlingsarrangemang har LOK som vanligt varit mycket aktiva. Klubben har arrangerat tre egna tävlingar och dessutom i hög grad varit delaktiga i sommarens stora arrangemang; O-Ringen i Mjölby. Planeringen för de tre egna tävlingarna under 2007 har skötts av arrangemangskommittén.

Första tävlingsarrangemanget var som vanligt medeldistanstävlingen Vårsprinten som gick den 1 maj i Mörstorp mellan Ljungsbro och Tjällmo. Tävlingsledare var Åke Ljunggren och Anders Kjell Banläggare var Jakob Gustavsson och Pia Gustafsson. Tävlings- och bankontrollant var Ellert Thunholm, IFK Linköping. Tävlingen hade denna gång 604 deltagare, vilket är en relativt hög siffra för dagens orienteringstävlingar i Östergötland. Eftersom vädret var på strålande humör lockade de öppna banorna inklusive U-klasserna inte mindre än 169 löpare att anmäla sig på tävlingsdagen.

Många LOK:are var under sommaren engagerade i O-Ringen, bland annat som ansvariga inom banläggning, World Cup, arena/speakerproduktion, presstöd och souvenirförsäljning. Trots den massiva insatsen under 5-dagars ställdes de flesta upp en vecka senare och hjälpte till med arrangemanget av 43-kavlen. Denna avgjordes i år den 4-5 augusti alldeles norr om Åtvidabergs samhälle och var ett samarrangemang med OK Eken. Tävlingsledare var Pär Ericsson och Lennart Stureson. Banläggare var Torgny Johansson och Thomas Persson, OK Eken. Tävlings- och bankontrollant var Kjell Holm från Björkfors GoIF. Antalet deltagare var 1458.

De äldre ungdomarna skötte som vanligt stafetten Ekorren Cup, där deltagarna är upp till 14 år. Tävlingen gick i år vid Ekäng, söder om Linköping. Tävlingsledare var Andreas Berg och Sarah Tibell. Henrik Tosteberg var banläggare och pappa Anders Tosteberg var ban- och tävlingskontrollant. De flesta LOK-ungdomarna mellan 15 år och junioråldern samt flera föräldrar såg till att tävlingen kunde genomföras på ett förnämligt sätt.



## Klubbmästerskap

Kommittén har arrangerat fem klubbmästerskap under året, nämligen i banläggning, ultralång, natt, lång och medeldistans. Årets första KM var i banläggning, men tyvärr lockade det bara en deltagare, Anders Berg. Hans bana gick vidare från DM till RM, där den dock inte placerade sig bland de femton första som får en individuell placering.

Nästa KM var ultralång och det blev en mycket snöig historia i Vidingsjö. Tävligen gick av stapeln den 4 mars. 25 tappra trotsade vädret och tog sig runt sina banor. På grund av att en del blev ensamma i sina klasser kunde bara sex klubbmästare koras.

Natt-KM avgjordes vid Pukhult på Stjärnorps karta den 22 mars. Här deltog 30 medlemmar och även här blev det sex klubbmästare.

På nationaldagen den 6 juni var det som vanligt dags för lång-KM. Tävligen avgjordes vid den natursköna Älgsjön i Kolmården. Under dagen kröp temperaturen upp såpass att några till och med passade på att ta årets kanske första dopp. Det fina vädret och tävlingcentrumet bidrog säkert till att hela 111 klubbmedlemmar kom till start, vilket är en bra bit över klubbmålet på över 100 deltagare. Totalt delades 27 st KM-tecken ut.

Sista KM:et för året, det i medeldistans, gick även det i drömterräng. Åke Ljunggren hade lyckats få TGOK att lägga banor från en berghäll nära Hjässasjön norr om Borensberg. Tävligen gick den 30 september och lockade 37 deltagare, vilket kan tyckas som lite få när vi var nästan tre gånger så många på lång-KM. De som var där fick i alla fall ett härligt KM. Totalt korades 12 klubbmästare.

## Kartor

Kalle Andersson som tidigare har ingått i arrangemangskommittén skiljdes inför år 2007 från kommittén och har varit fristående kartansvarig. Han har liksom tidigare år lagt ner ett stort arbete på att revidera och ta fram särtryck till våra tävlingar och andra arrangemang.

## Planering för framtiden

Kommittén har under år 2007 påbörjat planeringen för en ny karta, helst på ett område som inte tidigare varit karterat. Detta är nödvändigt eftersom det blivit allt svårare att få arrangera tävlingar på de terrängområden där LOK:s nuvarande kartor finns. I skrivande stund är det dock oklart var nästa stora kartprojekt kommer att hamna.

## OL-artiklar

Varje tisdagskväll har medlemmarna haft chansen att köpa diverse kläder från klädsåpet på LOK-gården. Sorteringen har inte varit så god, eftersom klubben bestämt att i möjligaste mån endast ta hem på beställning. Vi har dock sålt ut en del av det som funnits kvar sedan tidigare, t.ex. knästrumpor, pannband och mössor. Även kvarvarande tävlingskläder och overaller har sålts. Det finns fortfarande en del nylonskjortor av den gamla modellen kvar att köpa. Vi bestämde i slutet av året att sälja ut dem för 100 kr per st.

En stor beställning med tävlingskläder och overaller kom hem i början av året. Eftersom tävlingströjan hade ny design, var det många som passade på att köpa. Den finns både som tight modell (extreme) och som vanlig nylonskjorta i kort eller lång ärm. Overallen har ej ändrat design eller modell.

Under några tisdagskvällar i mars och april var det stor aktivitet med många inblandade vid klädsåpet. En del köpare var inte nöjda med beställd storlek. Några kunde byta eller få en annan storlek från lagervaror, men andra har snällt fått vänta till nästa beställningstillfälle som inte blev



förrän i december 2007. Eftersom det krävs ett visst antal av varje plagg för att få ett fördelaktigare pris, så blev det ingen beställning under sommaren 2007.

Newbody har sålts vid två tillfällen under året; maj och november. Det har blivit flera som har engagerat sig i försäljningen under året och det är mycket glädjande. Det gör att vi har kunnat öka vinsten, som i år blev ca 19000 kr. I december gjorde vi t.o.m. en tilläggsbeställning eftersom flera hade fått upp ögonen för den utmärkta kvaliteten i dessa produkter.

Ullmax har sålts flera gånger under året. I höst och vinter har försäljningen varit mer uppstyrd. Visningsväskorna har använts mer än tidigare och flera i klubben har varit involverade i försäljningen. Vinsten har blivit ca 30000 kr.

## Sponsorkommittén

2007 hade som bekant O-Ringen som högprioriterad aktivitet. Detta fick på sponsorsidan konsekvensen att vi endast hade som mål att arbeta med att upprätthålla normala kontakter med befintliga samarbetspartners. Detta till trots fick vi på goda medlemmars kontaktytor in två nya sponsorer, Attentec och SP Devices.

Dessvärre har vi under året också förlorat två sponsorer, Åhlin & Ekroth och TietoEnator Health Care. Dessutom har A-Kedjan aviserat ett nekande inför år 2008. I det sistnämnda fallet har vi, om allt går vägen dock en ersättare på gång.

Elitlöparnas tävlingsblusar och överdrag har under året varit försedd med logotyper på klubbens sex främsta samarbetspartner; Tekniska Verken, Linköpings kommun, A-kedjan Hyrbilar, Motorola, Saab AB och TietoEnator HealthCare AB (vilket då inte har varit rätt). Till hösten, inför SM-tävlingarna påförde även Attentec sitt märke på blusarna. I samband med att aktuella löpare tilldelats sponsorbussen har de fått information om aktuella sponsorerna, samt på vilket sätt och vid vilka tävlingar busen skall användas.

Övriga samarbetspartners är SP Devices, Cramo, Malmbergs Ur-Optik-Linser, Målerihantverkarna i Linköping, Svenska Leca och SISU.

Samtliga sponsorer och samarbetspartners har löpande under året fått information om klubbens verksamhet och orienteringsframgångar. De har inbjudits att springa öppen bana vid Vårsprinten. I samarbete med LOK-gårdskommittén har samarbetspartners och andra erbjudits orienteringsarrangemang vid LOK-gården, vilket bl.a. inneburit arrangemang för Motorola, Attentec, SGA och Enea.

Julkortet i år var en bild med en stor mängd medlemmar av alla kategorier uppställda framför LOK-gården. Det skickades ut till ett 60-tal personer och företag som på något sätt stöttat klubbens verksamhet. Vi tackar alla dessa än en gång för att de på olika sätt underlättat vår verksamhet genom pengar, materiel, priser och tjänster.

## Tävlingskommittén

Kommittén har sammanställt och låtit trycka upp LOK:s tävlingsprogram för 2007, samt lagt ut det och flertalet aktuella tävlingar på hemsidan. Kommittén har också svarat för anmälningspärmarna och anmälningar till individuella tävlingar samt vissa kavlar. UK HD35- har ombesörjt laguttagning till kavlar för klasser över 35 år. Kommittén har också utsett tävlingsvärdar till tävlingar inom distriktet. Vidare har kommittén ordnat vissa resor, till exempel till 25-manna samt en tävlingsresa till Hälsingland under Kristihimmelsfärdshelgen. För den senare svarade Lars Almén (reseledare) samt Mats Backetman (chaufför).



Kommittén har också framställt en omfattande resultatbörs, där samtliga resultat, för såväl lag som individer, finns samlade. Resultatbörsen, som ligger till grund för poänglistor och aktivitetstabellen, har annonserats på hemsidan och finns tillgänglig via denna. I resultatbörsen kan man till exempel finna att LOK deltog med fem damlag och fyra herrlag på Tiomila samt att vi hade tre lag på 25-manna. Bland alla individuella prestationer bör Anton Östlins SM-guld på medeldistans framhållas.

För LOK som helhet kan noteras att 274 LOK:are sprang 4027 tävlingar, vilket kan jämföras med 2006 då motsvarande siffror var 257 LOK:are som tillsammans sprang 3549 tävlingar. Årets antal starter är nära rekord trots att vi i år stod som arrangörer av O-Ringen samt att det var lite tunt med lokala hösttävlingar. Vidare kan man notera att sju LOK:are kom upp i minst 50 starter under året.

## Ungdomskommittén

Under 2007 har kommittén haft 7 protokollförda möten och fyra ledarträffar.

Under vår och höst har det funnits teknikträning vid LOK-gården på tisdagarna. Vid dessa träningar har ca 60 ungdomar deltagit i någon av de fyra ungdomsgruppernas träning. Under vintern byttes tisdagarnas teknikträning mot löpträning/löpskolning. Efter tävlingssäsongen under hösten har även torsdagarna varit träningsdag för de äldre ungdomarna med löpträning och teoriövningar. Vårens träningar avslutades i samband med lång-KM i Kolmårdsskogarna för de yngre och de äldre hade traditionsenligt mossfotboll vid sin avslutning. Hösten avslutades med en prisutdelningsfest i Kärna skola.

Under våren genomfördes en nybörjarkurs och många av deltagarna har sedan fortsatt in i de olika grupperna. Första veckan på sommarlovet ordnades en omtyckt och lyckad SOL-skola i LOK-gården för ungdomar upp till och med 12 år.

I mitten av mars ordnades ett helgläger förlagt till OK Hällens klubbstuga. Tävlingsresor ordnades till OK Tors ungdomstävling, Ungdomens Tiomila och till Daladubbeln.

Vid Tiomilas ungdomsstafett var LOK representerat med fyra lag och det bästa blev 67:a. På U-Tiomila hade klubben ett lag i vardera HD18- och HD12-klassen och i D18-klassen två lag. Bästa laget i D18 blev 19:e, i HD18 32:a och HD12 laget blev 44:a.

I O-ligan hade LOK en klassegrare och det var Julia Almén i D14 och i samma klass kom Linnea Faxén trea. LOK har under ett antal år varit segrare i Klubbkampen men denna trend bröts under 2007 då klubben blev tvåa efter OK Kolmården.

GM avgjordes i Småland och LOK hade 7 löpare med. I stafetten ingick Annika Ledskog i Östergötlands lag som tog silver.

USM avgjordes på Gotland och klubben hade tre löpare med i den individuella tävlingen och i stafetten. Robert Vångell gjorde en bra insats och slutade 19:e i H15 och Julia Almén var med i Östergötland lag som blev tia i stafetten.

Drygt 40 stycken av klubbens ungdomar upp till och med 14 år deltog i tre eller fler av årets fem ungdomsserietävlingar. Tre klassegrare fick klubben genom D14 Julia Almén, D10 Frida Johansson och H14 Jonas Lundgren. LOK:s deltävling gick vid Smestad med Sarah Tibell som banläggare och Jan Lundgren som tävlingsledare.

Ekorren Cup avgjordes vid Ekäng med 24 startande lag. Andreas Berg var tävlingsledare, Henrik Tosteberg banläggare och Sarah Tibell sekretariatschef. LOK deltog med fyra lag och det bästa blev 3:a.

Kommittén har genomfört aktiviteterna inom ramen för årets budget.



## Veteranverksamheten

LOK-veteranernas onsdagsgrupp har under året haft 36 träffar med i snitt 40 deltagare. Verksamheten har i likhet med tidigare bedrivits i samarbete med SISU Idrottsutbildarna, och inriktningen har varit regelbunden motion efter egna förutsättningar i kombination med social samvaro jämte kulturella inslag. Vid några tillfällen har inbjudna gäster hållit föredrag eller svarat för annan underhållning, men för övrigt har det klarats inom egna leden. Bland de interna förmågorna kan nämnas sånggruppen LOKtetten.

Vid västra Östergötlands torsdagstävlingar har 10 klubbar svarat för 13 arrangemang, varav Mjölby OK, Finspångs SOK och IFK Linköpings OS två tävlingar vardera. Den traditionella landskapsträffen mot Småland arrangerades av OK Eken. 18 stycken LOK:are har vid något tillfälle deltagit i tävlingarna.

Vid veteranernas RM blev Helén Persson 1:a i klass D35 och Anders Berg 2:a i H40.

Den 29:e klubbmatchen för veteraner 50+ mellan Finspångs SOK och LOK arrangerades av LOK i terrängen nordöst Lingham. LOK segrade med poängsiffrorna 82 mot 67 för FSOK. Totalt leder LOK med 20-9.

På inbjudan av OK Eken har nio LOK:are, varav åtta veteraner, deltagit vid älgdrev för Baroniet Adelsvärd i Åtvidaberg den 12 och 15 oktober samt 17 och 24 november.

## O-Ringen

LOK:s insatser på O-Ringen 2007 i Mjölby...

## Utmärkelser 2007

Håkan Svenssons vandringspris

Lennart Hanssons vandringspris

Årets Ungdomspris

Årets Ungdomsinsats

LOK-älgen

Staven

Grodan

Gynnarpriiser och stipendier

Anton Östlin

Robert Vångell

Josefina Almén

Frida Karlsson

Christian Enberg

## Slutord

Anton Östlins SM-medaljer, O-Ringen, 43...



---

Gunvor Fridh

Peter Aronsson

Jörgen Sköld

Jan Lundgren