



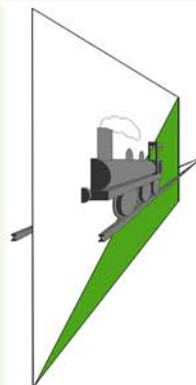
Anna Mårzell i landslagsdräkt



Björn Widén sitter och väntar på pris i Sälen



Vy över målet på 43-kavlen i Häckla



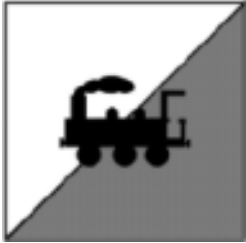
På Spåret

Nr 3/2002



Linköpings Orienteringsklubb





Vi samarbetar med Linköpings Orienteringsklubb

SAMARBETSPARTNERS



AB Svensk Leca

Aerotech Telub AB

Hektor Data AB

Malmbergs Ur-Optik

Målerihantverkarna i Linköping AB Östgöta Helikopterbataljon

National Car Rental

Saab AB

Stillströms Ytbehandling AB

Åhlin & Ekeroth Byggnads AB

Gynna våra sponsorer - våra sponsorer gynnar oss

LEDARE

Klubbanda



Det har hänt en hel del sen förra ledaren, b la Jukola, Östgöta-tredagars, Femdagars i Sverige och Italien, 43-kavlen och salmonella. Några av dessa evenemang finns att läsa om på andra platser i denna publikation. Klubbanda, vad är då det? Ja det är svårdefinierat, men jag tyckte att jag kände av den som allra bäst på 43-kavlen.

Allt fungerade så himla bra. Tävlingsledaren gick omkring å bara hade det bra (så såg det i alla fall ut). När så tävlingen var över och det var dags för rivning, återtransport och återställande av allt. Det var då jag kände klubbandan som starkast. ALLA sög i och hjälpte till på ett mycket imponerande sätt. Tält revs och packades, släpkärror lastades, målställningen revs. Ingen smet undan. Jag har aldrig sett ett 43-kavle TC packas ihop snabbare.

43-kavlen är ett utmärkt tillfälle för oss att jobba ihop oss. För att klubbandan skall bli stark så är det två saker som måste fungera. Det ena är att vi strävar åt samma håll. Under 43-kavlen så jobbar alla för att det skall bli en så bra tävling som möjligt under ledning av en tävlingsledare som ser till att det sker samverkan mellan de olika delarna. Men hur är det med klubben? Vet alla vad vi har för övergripande målsättning med vår verksamhet? Eller är det bara flum som vi sitter och hittar på i styrelsen? Styrelsens avsikt är att ha en aktuell övergripande målsättning för vår verksamhet. Samt en plan hur vi skall nå dit. Sedan är det tänkt att varje kommité utifrån detta skall jobba fram sin egen målsättning och därefter lägga en budget för kommiténs verksamhet. Som det är i nuläget tror jag inte att det är särskilt känt vartåt vi strävar. Ni som inte har ett hum om detta, sök upp någon i styrelsen eller gå in på "nätet" där den finns att läsa. En målsättning måste vara realistisk och uttrycka klubbens "vilja" inte vad styrelsen tror är klubbens vilja. För att vi skall kunna formulera en målsättning så krävs det alltså en dialog med medlemmarna. Den kan ske mun-mot-mun, via mail, eller på annat sätt. Och då är vi inne på det andra som måste fungera nämligen kommunikation. Sker det idag tillräcklig kommunikation mellan kommitéer, mellan styrelsen och kommitéer. Pratar vi med varandra i god tid för att saker skall lösas på bästa sätt? Jag tror att det fungerar bra. men att det kan som allting annat bli bättre.

Med detta vill jag ha sagt att vår klubbanda är bra men den kan bli bättre om vi strävar åt samma håll och pratar mer med varandra. Till sist så är det otroligt kul att få läsa allt positivt som skrivits om 43-kavlen. Ett stort tack alla ni som slitit för att göra den till den fina PR det blev för LOK och 43-kavlen. Nästa år satsar vi på 2700 deltagare.

Mats Backteman

Ny hemsida

, men samma adress: www.lok.se

Vi har gjort om layouten och funktionaliteten på Loks hemsida. Det finns mycket som inte är klart ännu, men eftersom den gamla hemsidan har uppdaterats dåligt den senaste tiden har vi bestämt oss för att ändå börja använda den nya. Problemet med den gamla hemsidan var att den var svår att uppdatera och att endast ett fåtal av klubbens medlemmar kunde göra uppdateringarna. Med den nya hemsidan är det tänkt att fler ska kunna göra uppdateringar och att det ska vara enklare. Därmed hoppas vi att hemsidan ska uppdateras oftare och innehålla mer aktuell information än tidigare.

En av nyheterna är att alla medlemmar i LOK kan få en användare på LOK:s hemsida. Med en användare kan man få tillgång till mer information och tjänster på hemsidan.

Exempel på vad man kan göra är:

- * Skriva nyheter (endast de med rättighet).
- * Redigera träningsprogram (endast de med rättighet).
- * Redigera sina personuppgifter (t.ex e-post och mobilnummer).
- * Se andra LOK:ares uppgifter om de har valt att dölja dem för icke inloggade.
- * Ändra i menyn och innehåll i filer (endast hemsidans ansvariga).
- * Skriva in träning i elitens träningsbarometer.

För att få ett inloggningslösenord kan man kontakta Ulf Bergqvist, Fredrik Pettersson eller Jonas Svernestam eller skicka ett mail till info@lok.se.

Ulf: ulf.bergqvist@alternativet.nu

Fredrik: fredrik@lok.se

Jonas: jonsv378@student.liu.se

Frågor? Kan mesvaras av ovanstående.

5 – Dagars i Italien 2002

En dag i januari fick jag höra av några Lokare att de hade tänkt att åka till italienska 5-dagars. Blev genast intresserad att haka på.

Familjeöverläggningen som följde blev mycket positiv, så det var bara att sätta igång och planera detta lilla äventyr.

Efter lite efterforskningar visade det sig att det fanns två alternativ för denna resa, antingen resa med Per Nordalhs buss eller att åka med egen bil. Vi beslöt oss för att åka kollektivt med Pers bussresa till Italien. Totalt var vi 5 personer från LOK på denna buss, övriga resenärer var ifrån Finspångs AIK och Gamleby OK. Från Sverige åkte sammanlagt fyra bussar, vår, plus två bussar från Stockholmsområdet samt en från Skåne. Flertalet av lokarna, 18 stycken, valde att åka egna bilar ner till Italien. Denna artikel kommer att försöka beskriva Italienresan från bussarrangemanget.

Bussen anlände punktligt till Lingham station. Vår reseguide Anders Jönsson från FAIK hälsade oss välkomna ombord, och vi stuvade in bagaget. Äntligen var vi på väg. Första stoppet i Gamleby, nu var bussen full. Efter några timmar stannade vi i Örkelljunga där det var dags för en träningsorientering vid Lärkesholms-sjöarna. En karta med påtryckta kontroller som fick tas i valfri ordning var dagens övning, efteråt ett svalkande bad i ösregn. Resan fortsatte vidare direkt till färjan i Trelleborg med övernattnings ombord. Färjan anlöpte Rostock på morgonkvisten för vidare resa till dagens mål som var Kassel.

Kassel med nästan 200 000 invånare, 60 procent av staden är grönområden. Staden genomlöps av floden Fulda. Bussen stannade i bergsparken Wilhelmshöhe som på toppen av åsen har den kända Herkules statyn som är ett slags vårdtecken.

I bergsparken väntade ännu en träningsorientering med 5 olika banor, den längsta banan hade cirka 320 meters stigning. Det var otroligt jobbigt att springa där, man började att ana vad som väntade i Italien.

Efter genomförda lopp ett avkopplande bad i badanläggningen Kurhessen-

Therme. Kur- och badhuset inhyser en terapi- och badavdelning. Anläggningens 650 meters djupa saltvattenkälla förser en yta på mer än tolvhundra kvadratmeter med vatten. Allt detta uppdelat på olika inomhus- och utomhusbassänger, bäckar, vattenfall, fontäner mm. För hälsan fanns saltgrottor, sju finska blockhusbastur och romerskt-irländskt ångbad. Ganska skönt faktiskt!

Senare på kvällen en god middag där vi blev avlurade lite pengar av en smilande dragspelare som förstörde vår matro. När han fått en knapp euro var han nöjd och slutade spela och vi fick äta resten av middagen ifred. Vi somnade senare på kvällen utan några större problem.

Klockan sju på morgonen startade bussen och vi var på väg igen. Nu väntade en heldag i bussen, cirka 85 mil skulle köras. Sent på eftermiddagen körde vi genom Brennerpasset till Österrike, några timmar senare i Italienska Trento. Klockan nio på kvällen var vi äntligen framme i bergsbyn Folgaria. Byn ligger på 1300 meters höjd i ett otroligt vackert landskap ungefär 15 mil NO om Venedig.

Kanonutsikt

Alla passagerarna från de fyra bussarna installerade sig i olika boenden i byn. Familjen Wähländer bodde i ett lägenhetshotell som hette Alaska. Hotellet hade en godkänd standard, vi bodde med en "kanonutsikt" som vätte mot baksidan över en parkering rakt in en stenmur! Det fanns en pool på hotellet där man kunde bada helt gratis, men man var tvungen att använda badmössa när man badade. Den kostade 2,5 euro. Varför ska man ha badmössa när man badar i Italien?

Dagen efter hade vi resans enda sov morgon. Eftersom det var tomt i kylskåpet passade jag på att gå upp lite tidigare för att införskaffa lite frukost till familjen. Jag gick ner på byn för att hitta lite bröd, smör, yougurt och lite allmänna frukosttillbehör. Hittade inget snabbköp utan fick handla lite här och där. Nu var jag nästan klar det var bara lite smör och bröd kvar. Traskade in hos bagaren i byn och handlade bröd sen var det det där med smöret, tanten bakom disken förstod inte engelska, butter förstod hon bara inte.

Jag gestikulerade pekade på brödet, tanten försvann bakom disken kom tillbaka efter ett par minuter med ytterligare tre tanter som om dom visste vad jag önskade, icke. Nu plötsligt såg jag de små paketen i kyldisken, tog snabbt två paket pekade på dom och på brödet, tanterna nickade bakom disken och sa si si. Skönt handlingen klar. Till frukosten visade det sig att jag hade köpt två paket jäst. Nu vet jag att smör på italienska heter "burro".

Övriga delen av dagen användes till allmänna utforskningar i byn, ganska många tog linbanan upp på toppen av berget för en liten alpvandring. Några gjorde ett provlopp i grannbyn Lavarone där var själva tävlingscentrum för femdagars tävlingen. I denna by med omnejd bodde också övriga lokare som bilat ner till Italien.

Så var det dags för den första tävlingsdagen. Etapp 1 och 2 hade samma tävlingsplats cirka 25 min resa från Folgaria. Passa Coe ett bergspass, tillika målgång för den 17:de etappen av cykelloppet giro de Italia, omkring 1700 meter över havet. Målplatsen för etapp 1 var mitt ute på en klassisk alpäng precis så man hade tänkt sig, dessutom denna dag i ett härligt solsken. Vi vandrade upp till målområdet i folkvimlet, där stod LOKskärmen förgylld med den svenska flaggan på toppen av masten. På detta 5-dagars fanns det deltagare från ett 25-tal länder och totalt en bit över tretusen deltagare.

Packningen sattes ner och efter en liten tids väntan var det dags att bege sig till



Christoffer i den 2,5 euro dyra badmössan

RESA

starten. Stämplingssystemet var Sport-Ident, samma som i Sverige, för hela detta arrangemang, inga konstigheter alls. Väl framme vid starten några minuters väntan sedan var det min tur att få en italiensk karta i handen. Spännande, blev förvånad av kartan, då mer än halva kartan var gul, den andra halvan såg ut som den hade fått vattkoppor dvs vit med massor av insprängda gula partier, hade mycket svårt att se vad som var uppåt respektive neråt. Landskapet vi sprang i var väldigt likartat, alpängar med omväxlande kullar och försänkningar långa sluttningar både uppåt och neråt det som var skog var av storvuxen karaktär. Det var betydligt jobbigare att springa här än hemma dels p.g.a. kuperingen och dels höjdskillnaden som gjorde att andhämtningen kom igång väldigt snabbt. Men loppet erbjöd en fantastisk orienteringsupplevelse. Det var som Anders Berg sa om sitt lopp ”det var det svåraste han varit med om” och han har ju en del erfarenhet.

Efter loppet blev det livliga diskussioner med övriga lokare om vad vi som orienterare upplevt med vägval, kontrollbommar och jobbiga backar mm. På tävlingsplatsen fanns en mindre mark som sålde bl.a pasta ragu och öl, det smakade väldigt bra.

På etapp 2 var vädret betydligt sämre med en hel del regn och dimma. Tävlingen avlöpte utan några problem men inte fullt så bra sikt som under gårdagsetappen. Kartorna användes utan plastficka på tävlingarna och jag konstaterade att de höll ganska bra trots att de blev blöta.

På onsdagen var det vilodag från tävlandet vi använde denna dag till att följa med bussen till Venedig. Resan dit tog nästan tre timmar, inte så långt avstånd bara knappt 15 mil, men på serpentinvägar kör en buss cirka 2 mil på en timma. Venedig är en turistmagnet mycket annorlunda och massor, massor med turister. Även denna dag solsken och medelhavsvärme uppåt 35 grader.

Vi åkte gondol som många andra turister,

det ska man ju göra annars så har man inte varit i Venedig. Efter en del förhandlingar om priset för gondolturen av Mats B kunde vi så småningom åka för det fantastiska priset av 80 euro per båt och familj. Mats såg något som vi andra inte såg nämligen att den ökända skidåkaren Johan Mylegg styrde deras båt, han hade väl börjat med en ny karriär utan dopingpreparat. Men nog tyckte jag att deras båt skapade stora svallvågor och det måste väl ha berott på den som styrde. När dagen var slut och vi var hemma på



Vy över målområdet sista etappen

Alaska igen var det åter skönt att andas svalare bergsluft.

Ettapp 3 och 4 hade samma målområde och var ytterligare ett par dalgångar bort från Folgaria vid Millegrobbe, ett historiskt gränsområde där Österrike och Ungern krigade mot varandra under första världskriget. Området hade flera märken efter dessa krigsslag som bombkrattar, skyttevärn och militära fästningar. Vi såg även någon krigskyrkogård.

Skärmarna nedstoppade i gropparna

När vi slog oss ner i målområdet kunde vi blicka ut över en väldig alpäng där ryttare och vallhundar hade drivit in fjällkor och hästar ned från skogarna till dalgången framför oss. Detta säkert för att djuren inte skulle skrämmas av framrusande orienterare i skogarna högre upp.

Dessa två etapper innehöll i alla fall för min del mera sluttningsorientering än de förgående etapperna. Nästan hela banan i en enda stor sluttning detta en helt ny upplevelse för mig. När det gällde kontrollskärmarnas placering vid

kontrollpunkter som var groppar och skyttevärn, satt skärmarna nedstoppade i botten av desamma, detta säkert för att höja svårighetsgraden på banorna.. Vi är ju vana vid att skärmarna i Sverige är placerade vid sidan av groppar odyl.

Något som man ibland blev utsatt för utefter banan, var folk som frågade, Do you know my position? Jag kunde inte svara för jag visste ju inte heller ”my position”.

Efter målgången fick man en flaska vatten, därefter till duschen som var placerad mitt i folkhavet. Duschen bestod av 5-6 handduschar utställda på några trätrallar och kallt alpvatten förstås. Inga krusiduller med avskärmningar och sånt, här duschade herrar och damer tillsammans.

Senare på eftermiddagen blev vi upphämtade av Lokordföranden, mycket gentilt, och skjutsade till deras by Lavarone för lite gemensamt samkväm med övriga lokare. Vi började med att bada i en liten härligt grön sjö i närheten

av Lavarone. Det finns ingen allemansrätt i Italien, så vi fick betala 4 euro per vuxen plus 2 euro per barn för att få bada i denna sjö och då ska ni veta ingick det till och med badstolar.

Efter badet fixade Yngve bord på sitt hotell för en gemensam middag. Avslutningsdagen i Lavarone hade mera svensklik terräng än de föregående etapperna och genomfördes av våra lokare på ett mycket bra sätt. Jag måste framhålla våra duktiga ungdomar, Andreas, Emma, Erik, Fredrika, Oskar, Robert, Linnea, Christoffer och Lovisa som alla har gjort mycket bra prestationer. En extra stor fanfar till Robert som vann sin klass H10 med nästan 20 minuters marginal. Mycket imponerande! En fanfar får även vår rutinerade Inger som vann sin klass D40. Jag tror att alla lokare som var med om denna resa håller med mig att det var en fantasisk orienteringsupplevelse och en resa som ger mersmak mot nya internationella äventyr.

Ciao/Thomas Wähländer

JUKOLA

Jukola 2002

För ett år skrev jag i denna skrift att LOK skulle ha tre herrlag samt två damlag till Jukola 02 Och med facit i hand kan jag konstatera att så blev fallet. Att vi "samåkte" med TGOK gjorde inte saken sämre. Inför nästa år tycker jag att vi skall åka själva då detta är ett utmärkt tillfälle att tävla internationellt samt att även ha en "klubbresa".

Vad skall vi ha för lag till nästa år? Fyra herrlag ; tre bra lag där tredjelaget är ett utvecklingslag samt ett ev fjärdelag med sådana som vill följa med och får då betala därefter.

På damsidan kan vi ha tre lag där två lag är så bra som möjligt samt ett tredje utvecklingslag. Det kanske finns plats för ett fjärde tantlag vad vet jag. Jag har i alla fall tänkt köra bussen.

Hur gick det då i år? Ja, det är ju ett tag sedan , så jag tänkte inte rabbla så mycket resultat utan skriva om resan och andra intryck för att eventuella Jukola-resenärer skall bli "sugna".

Det hela började lite krampaktigt då undertecknad gjorde ett fatalt misstag vid avresan. Vad var då detta, jo jag litade på att researrangören skulle möta upp vid Värtahamnen där vi skulle åka med en röd-vit båt. I stressen glömde jag ta med

mobilen till vederbörande. Båten skulle gå kl 20:00, vi var där 19:05 men inte var han där. Nu började de värsta 60 minuterna i mitt liv så här långt. Efter att haringt till Pia Gustavsson, hustrun, Yngve Pettersson samt ordföranden i Göteborgs OF så förstod jag att detta går åt h...vete. Jag målade upp bilder för mig själv där vi åkte via Åland. Där vi inte alls åkte till Jukola utan hade ett träningsläger i Åby:s klubbstuga. Och trots att jag visste att vi skulle åka med Vikingline så lyssnade jag på vår elitledare och vi kom fram till att vi måste agera.

Felbåt?

Sagt och gjort, uppsittning i bussen med högsta fart mot Värtahamnen där de blåvita båtarna går. Anders Berg frågar mig om jag hittar, jajamen svarar jag självsäkert och det stämmer, men så var det där med vägvalen. Efter att ha kört in på en för en sexhjulig buss alldeles för smal gata gör den helt utan förvarning en 90-gradig högersväng, så sitter jag med en skylt på högersidan och en AUDI A 3 på vänstersidan. AUDI:n får en snygg repa på höger framdörr, bussen en lika snygg repa på höger sida. Historien blir inte sämre av att ägarinnan är polis. Under

tiden som jag lyckas med detta så lyckas några kloka LOK:are få reda på vår bokning samt att de lyckats med att hålla båten. Klockan är nu ca 19:45, femton minuter kvar till avgång. Återigen högsta fart fast nu åt andra hållet tillbaka till Stadsgårdskajen. Exakt hur många trafikregler som icke följdes helt vet jag inte men nöden har som bekant ingen lag. Ett snabbstopp för avlastning, vår reseledare hämtar biljetter, bussen på tre hjul in i gapet på Mariella. Klockan nu 19:55. Resan var bokad i PWT:s namn. Fullständigt omöjligt för mig att veta. Väl på plats på båten så var det oerhört skönt att få ta en malt i baren. Nästa år får någon annan beställa och fixa resa, då det tydligen blir för mycket att både köra buss samt att vara reseledare.

Till tävlingen som gick 20KM N Lahti gick resten av resan bra. Efter att ha tagit två finska 20-mannatält i besittning, så var det dags för Venlakavlen (Damer) 724 damlag a'4 löpare gör en himla många damer i alla regnbågens färger.

Utan att gå in på alla damers insatser så är det roligt att konstatera att båda damlagen gjorde en bra insats med första laget på en finfin 17 plats samt andra laget på en 161 plats.

Nu inträder vilotid och för en trött bussförare så var det dags att dra sig tillbaka för vila.

Herrlagen gör också en bra insats och första laget kommer in på en mycket fin 38 plats av 1248 lag. Andralaget lyckas placera sig på 217 plats samt tredjelaget på en 248 plats.

Efter att inte ha lyckats så bra i herrkavlen på Tiomila var detta en skön revansch. Avfärd mot Åbo och nu är alla i koma förutom några unga seniorer som vill stanna för att i kroppen trycka ned en Finsk-Amerikansk hamburgare. Bussen var förnämligt utrustad med kylskåp vilket nu kom väl till pass då alla törstiga ville ha kylda drycker, och när vi närmade oss Åbo var sällskapet ganska glada, sånger som hördes var bl a vinjetten till Mumintrollen.

Vid denna incheckning var det inte så bråttom utan det fanns gott om tid för lite



Damerna som kom på 17e plats

I de mörka Ulrika-skogarna

fotboll i parken bland alla andra glada orienterare, samt en REPA med bussen i Åbo under guidning av Björn Widén Dags för buffé och den smakar som vanligt dvs bäst med en liten från Skåne som sällskap.

Vad som sen hände har jag inte en aning om då de betydligt yngre har bättre uthållighet än en H 40 vad avser nattaktivitet. En trött skara anländer till Stockholm kl 06:30 på måndag morgon. Slutsats: detta är en mycket trevlig tävling som vi måste vara med på bl.a. då en stor del av antalet lag på 43-kavlen är finska. Dessutom är det utvecklande och roligt för alla.

Alltså nästa år 3 eller 4 herrlag samt 3 eller 4 damlag.

Mats Backteman
Bussförare och mycket annat



Vi kunde alla läsa och höra i media om den autistiske mannen som försvann utanför Ulrika i slutet av juli. Då tänker man som orienterare och medmänniska -kan vi göra något? Klockan 19:30 på måndagskvällen ringer telefonen och en myndig stämman säger att han är från polisen och undrar om han kommit till Mats Backteman.

Det är riktigt svarar jag och han undrar då om LOK kan ställa upp med en skara orienterare till dagen efter. Jag skall försöka svarar jag och hustrun springer så fort en D40 kan springa efter matrikeln. Efter att ha delat in de tänkbara i ett antal grupper började vi ringa de som stod längst upp på listan i resp ”grupp”, för att de skulle börja ringa till sin grupp. Vi fick ihop 29 st som fick direktiv att ta med utrustning för en heldagsövning dvs matsäck, heltäckande klädsel, kompass samt att infinna sig på LOK-gården kl 07:30 dagen efter. Väl på plats i skogarna utanför Ulrika fick vi ”order” av polisen att ”springa” igenom ett område mellan Ulrika och Kisa ganska långt från den plats där han försvann. Utan att ha hittat något i detta område, var det dags för förflyttning till stabsplatsen där vi skulle få nya direktiv samt en lunch. Eftersom vi orienterare är ivriga att göra nytta så ville vi inte vänta på en försenad lunch utan komma igång med nästa område. Detta område var strax norr om den plats där han sågs tre dagar innan vi var där. Här gör vi några intressanta upplevelser, det är svårt att gå skallgång i kuperad och snårig terräng, tydligen svårt att gå kompass om man är H40. När området är genomsoekt så får Pelle Skullman och Börje Andersson ett hett tips att några sett en man ca 300 m S den plats där den försvunne senast sågs. Samtidigt som detta sker bjuds vi på vatten av den kvinna som senast såg honom. Efter att ha kontrollerat tipset så skickar polisen dit en hundpatrull samt en helikopter. Vi ställer upp oss för att gå igenom området väster om den plats där ”någon” setts. Fem minuter innan vi skall starta meddelar polisen att det var falskt alarm, det var anhöriga till den försvunne som var ute på eget eftersök. Detta var på samma plats där han dagen efter hittades och jag tror, men får aldrig veta att det var

den försvunne mannen de såg.

Efter att ha transporterat oss tillbaka till stabsplatsen och där ätit en försenad lunch/middag (tack Hemvärnet), var det dags för kvällspasset. Detta område var avlångt så vi kunde bara gå igenom området på tvärs två gånger. Inte heller här hittades någon. Åter på Målagård efter sista området ca 21:15. Därefter åkte vi hem till Linköping. Dagen efter hittades han av den kvinnan som såg honom tre dagar innan vi var där och som bjöd oss på vatten.

Vilka lärdomar kan vi dra: detta gör den enskilde inte som LOK:are utan som medmänniska, det är svårt att gå skallgång, kartor är ett krav, inom kommunen bör det finnas en larmlista där orienterare finns med.

Jag har tagit kontakt med polisen i Linköping för att vi skall få en fungerande larmlista. Mer om detta senare.

Tack alla som ställde upp med så kort varsel.



BINGOLOTTO

Den 24/8 kör Bingolotto i gång igen.

-Har du släktingar, vänner eller bekanta på långt håll som skulle vilja köpa Bingolotter genom LOK ?

-Skulle du vilja köpa varje vecka men saknar möjligheten att komma till LOK-gården vissa veckor ?

Dessa problem kan vi enkelt lösa genom en prenumeration där jag ombesörjer leverans varje vecka om du bara ger mig adressen. Bingolotter finns även att köpa i Lok-gården då den är öppen.

Kerstin Lindström

SPALTEN

En berättelse om "Vad som helst" av Per-Johan Persson!

Kan Du skriva något till På Spåret var Jonas fråga.

Något?

Ja vad som helst – var Jonas svar!

Att skriva om "vad som helst" är inte lätt. Vad ska "vad som helst" egentligen handla om i en klubbtidning för orientering. Och jag ångrade därför ganska snart mitt ja. För han, Jonas, trodde/tror nämligen också att jag ska hitta på något om "vad som helst" på tre dagar. Inga dåliga krav den där herr Svernestam har!

Men så läste jag Nils-Erik Åbergs insändare i Skogssport, som jag fick i min hand i dag, och fick idén att skriva något – således vad som helst - om vår konkurrent om orienteringsterrängen skogarnas okronade konung – älgen!

På tal om Skogssport. Vilket fint referat om 43-kavlen!

Mitt förhållande till honom – konungen – sträcker sig långt tillbaka i tiden. Ni som står för feminism får ursäkta. För mig är nämligen älgen en konung och därmed en honom. Men otvivelaktigt var det en älg av honkön som var på väg att ändra mitt

liv i våras. Vid närmare eftertanke så kanske det är så att hon tillhör älgarnas nybildade feminina aktivitetsgrupp som inte gillar mitt sätt att uttrycka mig!

Mina första kontakter med konkurrenterna var med en mordisk inriktning. Jag är nämligen uppvuxen med älgjakten och så fort jag kunde ta mig fram någorlunda bra gående i obanad terräng så blev det min lott att gå drev. När jag sedan blev orienterare så utnyttjades jag ännu mera. Och en gång då det inte blivit någon älg de två första dagarna, och lite av paniken började kunna ses hos jaktledaren min morbroder Gösta, så fick Nils-Göran och jag förslaget att gå till starten tredje dagens morgon "en genväg" via det angränsades storgodsets marker. Ni kan ju ta det som lite extra orienteringsträning var Göstas tystlåtna budskap till oss! Ja, ja vi förstod väl att det inte var Göstas omtanke om vår orienteringskarriär som låg bakom hans förslag.

Därefter under alla mina år som orienterare, banläggare, kartritare och lingonplockare har mina kontakter med konungen varit oändligt många och av fredlig karaktär. Åtminstone så har min inställning varit att de skulle vara fredliga men nog deltog jag

i många orienteringar, innan tekniken med viltzoner och avdrivning uppfanns, där vi gick illa åt stammens fortlevnad.

En applåd för "uppfinnaren" Nils-Erik Åberg kan vara på sin plats!

Fredligt var det dock då jag under kartritningen på Prästtomtakartan bara var fem meter från en ståtlig älgdjur. Jag satt och fikade på en berghäll med fötterna dinglande ner mot mosskanten nedanför mig då jag upptäckte honom, skoveltjuren, mitt i mossen gående i riktning mot mig. Det blåste hårt i riktning mot mig. Vad händer – ska han gå till

anfall var en självklar tanke! Men inte alls utan det var björken som låg omkull intill mig med toppen ut i kärret som lockade. Och där åt han tills jag tröttnade att vara blickstillta. Men han stack iväg sakta för att visa sin värdighet och mitt i kärret stannade han och vände huvudet mot mig för en sista granskning.

Spännande var det 1968. Spännande om älgkon skulle stå kvar då jag kom dit med intresserade åskådare. Några hundra meter från den plats där ett gäng tv-tekniker höll på och satte upp en mast mitt inne i VM-terrängen såg jag älgkon och hennes två kalvar på den plats där jag sett dem flera gånger under veckan. Ett mera malplacerat gäng en dessa tekniker mitt ute i skogen tror jag inte att det går att finna. Och när jag berättade vad jag sett så sade en kille, försedd med slokmustasch, på typiskt ekenspråk: "Killar han har en älg tjudrad här borta ska Ni följa med och titta på den." Visst! Alla följde mig i spåren och jag bad till min herre där uppe att han skulle vara nådig och låta älgkon stå kvar. Vilken lycka då hon gjorde det och inte bara för mig utan även för alla, utom en, som aldrig tidigare sett en älg på detta sätt.

Det jag nu slutligen ska berätta om är varken fredligt eller spännande. Nej inte ens nu långt efteråt kan jag kalla det spännande! Rubriken på min lilla berättelse blir istället: Träning med livet som insats!

Den 17 april i år var jag med om en händelse som jag hoppas att jag ska slippa uppleva någon ytterligare gång. Solen – den utlovade – kom äntligen framåt kvällen och jag begav mig till LOK-gården för en tur på min egen träningsbana. Efter cirka 1500 meter går min slinga uppe på en höjd och intill ett område med tätt planterade tallar.

Då jag befann mig där så hörde jag ett frustande ljud bakom mig och fick se en stor älgko som kom rusande bakifrån, liksom ihopkrupen, rakt mot mig och med siktet helt inställt på att fälla mig. I absolut sista sekunden kunde jag kasta mig upp på en inte alltför hög sten. Sista sekunden kan vara ett uttryck som man vanligen använder lite vårdslöst men här var det verkligen fråga om det. Jag kände den



fräna lukten då hon nästan snuddade mig och hon hade sådan fart att hon inte kunde stanna förrän ett 20-tal meter fram. Hon vände sig mot mig och stod frustande med håret stående rakt upp över nacken. Jag lovar att mitt hjärta slog ett antal slag fortare än normalt och att jag var riktigt rädd. Stenen var nämligen för låg för att inge någon trygghetskänsla. Och inte blev det bättre då hon tog fart fram mot mig.

Jag skrek allt jag kunde samt slog med en avbruten björkgren mot och på hennes huvud. Tydligt överraskade detta henne och hon backade bakåt men syntes vara beredd att göra ett nytt anfall men då skrek jag så att rösten nästan sprack samt gjorde skenutfall på min sten med björkkvisten i handen.

Mitt skrikande besvärade tydligt henne och hon gick in i tallplanteringen cirka 20 meter från min sten och där stod hon och gav hotfulla ljud ifrån sig.

Då det gått cirka en kvart så började jag frysa och insåg att jag var tvungen att företa mig något. Först lämnade jag stenen ett par meter för att återvända upp på stenen för att utforska om hon observerade mig. Nästa vända blev på fem meter och sedan var jag tvungen att ta ett beslut och det blev en lugn och stilla reträtt i riktning från min sten och älgkon.

Det var en lättad P-J som avbröt dagens träning för att återvända hem till en varm dusch.

Och jag lovar att jag aldrig ska skratta åt dem som är rädda för att bli anfallna av älgar. Nu vet jag nämligen att det kan ske men det behövdes över 60 år med otaliga möten med älgar för att komma till den insikten.

Ännu har jag inte varit på "platsen". Larvigt kanske! För inte finns hon kvar där! Men det får vara hur larvigt som helst. Jag håller mig nog borta däriifrån!

Per-Johan Persson

FAIK-veteraner i topp, men LOK:s bredd avgjorde

FAIK arrangerade den 24:e klubbmatchen och hade uppdragit till Denselns Bertil Skagerström att lägga banorna. Med Denselns klubbstuga som TC blev det i terrängen söder om, den som banorna drog fram.



Rune Karlsson tar emot priset för segern i veteranmatchen

En och annan muttrade nog en del om kraftledningens besvärliga sly, men fö var det bara glada miner. Sin vana trogen tog Björn Axelsson hand om 1:a platsen på långa banan. Närmast Björn blev det LOK genom i dessa sammanhang debuterande Pär Eriksson, Ulf Waldenfjord 3:a. På korta banan FAIK: S Bo Lindman i topp. LOK: arna Rune Karlsson, Lennart Sturesson och Per-Johan Persson närmast efter.

Alla damer startar tillsammans med männen på korta banan, men genom handikappsystemets utjämnande effekt kan de blanda sig i toppstriden. FAIK:s Britt Ardmär (77 år) in på 6:e plats och därmed bästa dam, därmed puttande ner klubbkamraten Karin Axelsson (50 år) till 10:e plats. Totalt 58 startande, varav 40 på korta banan. Peter Jakobsson hade oturen att krossa sina glasögon varför han tvingades att bryta. Seger på långa banan gav 7 poäng och på korta banan 17 poäng. Båda klubbarna hade satsat på att förmå så många som möjligt att ställa upp. Det är viktigt därför att alla "utanför" prislistan, men som går i mål bidrar med en poäng till klubben.

LOK-veteranerna får behålla vandringspriset Harrys stänka ett år till genom resultatet 113 - 101. Genom åren står det nu 16 - 8 till LOK.

	FAIK	LOK
Långa banan:		
Resultatpoäng	14	14
Deltagarpoäng	7	3
Korta banan:		
Resultatpoäng	71	82
Deltagarpoäng	9	14
Slutresultat	101	113

/Rune Karlsson

Anna på landslagsläger-samt en satsning på VM



1 Augusti nästa år går VM i orientering i Schweiz. Där satsar Anna Mårzell på att få vara med. Som ett första steg mot målet fick Anna följa med på ett landslagsläger med en utökad VM-trupp med 10 damer och 10 herrar.

Fredagen den 9 augusti gjorde Anna Mårzell sin debut i blågult. Sverige åkte då till Schweiz med ett utökat landslag på träningsläger för förberedelser till VM 2003. Lägre började med Argauer 3-dagars och debuten var lyckad för Anna, även för de andra svenskarna gick det bra. 5 svenska damer bland de 7 bästa med Anna på 3e plats efter Vroni Köning-Salmi och Gunilla Svärd, Anna 1.31 min efter Vroni. Första etappen var det bäst motstånd, då förutom Schweiziskorna även finskorna var med. I övrigt var det inte så många med.

Även på andra etappen gick det bra för Anna. Vann gjorde Karin Hellman med två och en halv minut före Vroni. Anna kom 7a, 3.37 min efter, med endast tre svenskor före, Karin Hellman (1a), Anette Granstedt (3a) och Gunilla Svärd (4a). Anna låg nu 5a (4e svenska) 2.38 min efter Vroni som ledde inför jaktstarten. Tyvärr gick det inte så bra för Anna som inte riktigt gillar jaktstart med så många bra runt sig, då blir Anna nervös. Mest nervös var hon nog innan en punkthöjd på en sluttning som vållade henne lite problem och hon missade ca 10 min och så var en bra placering borta. Anna kom till slut på en 14 plats.

Anna var inte riktigt nöjd med insatsen.

– Springa bra 2 av 3 dagar räcker inte, sen blev jag ju näst sist av svenskorna. Lägre fortsatte sedan i Rapperswil, värdstaden för VM nästa år. Där tränade de i liknande terräng inför VM och hann där med ytterligare 5 träningspass i tävlingsfart + några lite mer långsammare behagliga pass. Lägre avslutades med en sprint i Rapperswil. Även där imponerade Anna som kom på en tredje plats, 37 sekunder efter Emma Engstrand. Tvåa var Jenny Johansson.

Bredvid kan ni se ett kartklipp från en av träningarna där de tränade vägval. Skogen består mestadels av bok och gran och ganska kraftig kupering. Den liknar mest terrängen på den klassiska distansen på VM men då kommer det inte riktigt vara lika ”mycket” kuperat, det kommer att finnas en stor ravin med en står å nedanför och lite flackare, tätare terräng uppe på. Korten kommer att gå i ett lite mer detaljrikare område som är lite mer småkuperat medans kavlen kommer gå i ett lite flackare och bushigare område. Sen kommer det vara en sprint också som kommer gå i stadsmiljö. Anna kommer satsa på att få springa VM 2003 men hon

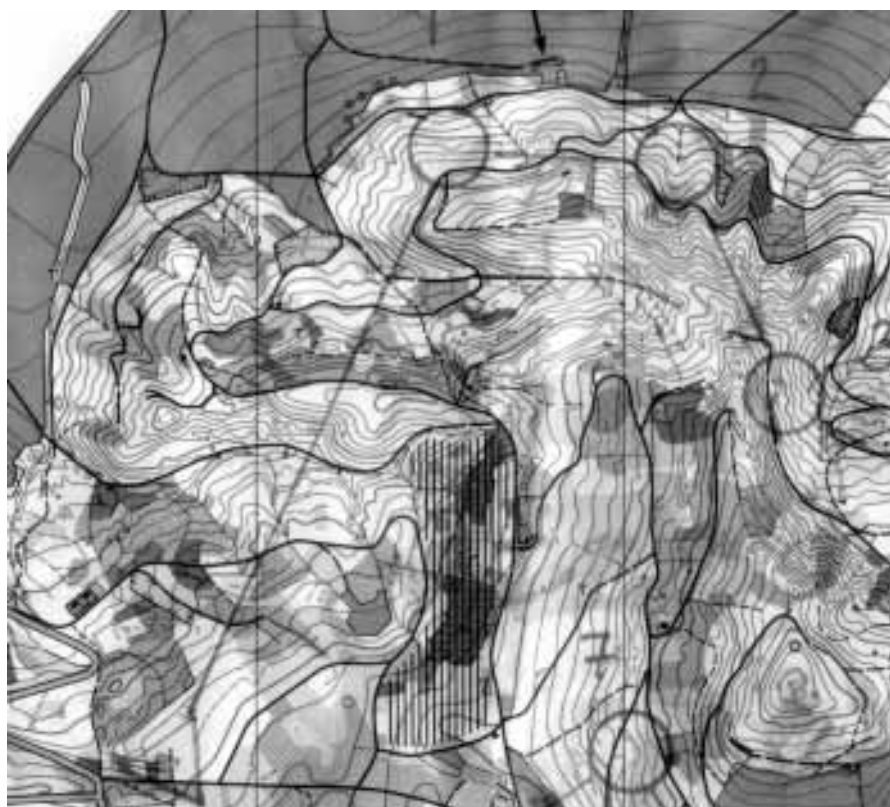
vet att det kommer bli svårt. Det är bara 3 på varje distans som tas ut och det kommer bli svårt att bli uttagen.

– Men jag kommer få ett års fördel av träning i terrängen, säger Anna. Anna ska nämligen tillsammans med Niklas Aldin (VM satsning??) att flytta till Schweiz i ett år. Niklas åker i månads skiftet augusti/september och Anna en månad senare, sista helgen i september. Där kommer de bo i Bonstetten, 1.5 mil SV Zürich där hon kommer kunna träna i liknande terräng. Anna ska jobba 50 %, för att hinna träna, och kommer fortsätta jobba på IVP. Till jobbet får hon pendla för det ligger i Tyskland, ca 2.5 timme med tåg. Där kommer hon jobba 2 dagar i veckan och sedan en halv dag hemifrån.

Anna ser fram emot resan och tycker det ska bli kul och självklart kommer hon fortsätta att tävla för Lok, men hon kommer nog inte synas lika flitigt i Lok-gården det närmsta året.

Vi kan bara önska Anna lycka till och kanske kommer hon hem med en medalj runt halsen, men först är det SM som gäller!

Jonas Svernestam



PROFIL

Per Lenander är namnet – kom ihåg det

Vi har sett många nya ansikten i Lokgården det senaste året. Flera nya dam- och herrseniorer. Och nu har det senaste tillskottet presenterat sig med en fjärdeplats på 5-dagars i Skaraborg och med en femteplats i Åbytravet. Så här såg resultatlistan i H21 lång ut den 18 augusti:

- 1) Michael Wehlin, Södertälje/ Nykvarn
101.16
- 2) Edvin Karlsson, OK Denseln
101.40
- 3) Björn Widén, Linköpings OK
102.56
- 4) Anders Berg, Linköpings OK
103.06
- 5) Per Lenander, Linköpings OK
105.38

Inte bara det att Björn allt oftare slår Anders Berg, båda hotas bakifrån av LOK:s nytilskott från Växjö OK. Det är en 25-årig student på tekniska högskolans maskinlinje med fyra år i Linköping. Det har ryktats att IK Hakarpspojarna har varit ute efter dig, stämmer det? – Det stämmer att IKHP visat visst intresse, jag känner ju många av dem också och det kändes som ett ganska intressant alternativ för något år sedan. Det avgörande för att det blev LOK istället var den uppenbara praktiska fördelen av att

springa för klubben på orten, och nu när det är så mycket gamla studenter som springer för LOK känns det som ett ganska givet alternativ.

– LOK har bra verksamhet och träningsmöjligheter, men jag har bara tränat med lokarna någon enstaka gång.

Per bor i Ryd, så avstånden har hållit honom ifrån Lokgården, men nu ska det bli mer. Hittills i Linköping har det blivit mest på egen hand, 10–12 timmar i veckan på vintern, mindre under säsongen.

– Men jag försöker träna på hyfsat så jag inte tappar grundträningen – efter 5-dagars har jag kört hårt ett par veckor. Nu ser jag fram mot att komma ut mycket i bra terräng med LOK.

Per har också tränat med Lithe Vilse – även om det varit tunt med träningskamrater där ibland. Och suttit i styrelsen där i två år (tillsammans med bl.a. Fredrik Pettersson).

Uppväxt i Växjö

Orienteringen började i Växjö OK:s nybörjarkurs 1990, då var Per 13 år. Då var det ingen i familjen som orienterade, men nu springer hela familjen mer eller mindre. Så kan det gå. Till familjen får kanske också räknas flickvännen Katarina från Osby men student i Växjö. Även hon har börjat orientera, så om ett par år när hon ärklar med läroexamen i Växjö får vi kanske



Pelle spurtar imål på 5-dagars

se henne också i grönvittsvart.

Framgångarna för Per kom så småningom, bästa junioråret var som 19-åring, då ha tog tre guld och två silver i Smålands DM. Per verkar inte tro på de snabba klippen, utan på stadig utveckling:

– Som senior har jag inte haft några anmärkningsvärda framgångar. Jag utvecklas efter hand, det gäller att skynda långsamt.

Rankingen nu är 241, men den räknar han med ska förbättras avsevärt i år. Och målsättning för orienteringen framöver.

– Nu är det ju SM som gäller, klassisk och kort. Sen gäller det att fortsätta att utvecklas.

Så vi önskar Per lycka till och gratulerar LOK till att få denne unge orienterare i sina led – med erfarenheter från klubb- arbete och inte minst banläggning. I Växjö har han varit banläggare för bl.a. Smålandskavlen och 7-manna.

Lennart Sturesson



Lennart intervjuar Per på Åbys tävling

5-DAGARS

Femdagars 2002 i bilder

5-dagars 2002 gick av stapel den 21-26 Juli i Skövde. Lok var på plats med ett stort gäng och alla kämpade väl. Tyvärr fick vi ingen totalsegrare och när vi väl hade en etappvinnare så var han inte kvar till prisutdelningen.

Vädret hade sina skiftningar och även åskan hälsade på. Framför allt en natt, samma natt som några märkte att de hade ett hål i taket på sitt tält så det vart väldigt blött i tältet och alla i tältet vart tvugna att hitta någon annan stans att sova mitt i natten.

En annan vart trött på regnet och åkte hem (ej tävlandes person) för att jobba, men det var inget kul heller så personen kom tillbaka igen.



Sören Nilsson spurtar imål på en 22e plats i H21-L1 på sista etappen.



Detta året hade arrangörerna satsat på en stor bildskärm på de sista två etapperna. Efter ett bra genomfört lopp av Ulf Bergqvist på fjärde etappen i H21E fick vi se honom i närbild på skärmen

Efter några rejäla regnskuror blir vägen lätt lerig och kör man ut husvagnen med två låsta hjul blir det två stora spår i leran



Familjen Almén packar ihop husvagnen på den kanske varmaste dagen av dom alla, hemresadagen..

Även detta året fick vissa chansen att bygga långa kanalen, denna större än Göta Kanal och ledde ut från Stephan och Lena Svensons förtält

43-KAVLE

Vi vill härmed framföra vårt tack till alla som var med, LOK och OK Eken, och arrangerade årets Kavle-43. Det har framförts rosor till oss via mail, på internet och i pressen. Själva är vi rätt nöjda. Men som sagt, det var ni alla som hjälpte till som gjorde tävlingen till denna succé. Alla från kranskullan till de som skötte toaletterna. Hjärtligt tack. Vi hoppas att få återkomma nästa år och ta era tjänster i anspråk.

Stephan och Lasse



Tävlingsledaren Stephan Svensson

43-Kavlen avgjordes den 3-4 augusti i Häckla straxt utanför Åtvidaberg i strålande väder.

Nedan kommer ett litet referat som pressansvariga Lennart Stuesson skrev:

Södertäljeseger i H43

Det stod efter några sträckor klart att Södertälje/Nykvarn och Tullinge skulle vara bland topplagen, men flera lag hängde med länge: norska Halden och Nydalen och OK Tyr fanns med länge. Samtidigt avancerade Gävle OK och Stora Tuna IK bakifrån. Men sedan Södertälje gått upp i ledningen på tredje nattsträckan släppte man aldrig ledningen med mer än några sekunder på fjärde och sjätte sträckan. Till slut kunde Mats Hellstadius hålla ledningen på drygt fem minuter före Tullinges Lars Lönnkvist.

Tullinge vann igen i D43

Tullinge SK vann klart i damernas huvudklass, D43. Tävlingen började dock med att östgötaklubben OK Denseln tog en klar ledning med fyra minuter på första sträckan genom Charlotte Lindkvist - en ledning som Anneli Berggren behöll. Men det visade sig att Lindkvist stämplat vid fel gaffel och så var den dagen förstörd. Dock inte för Tullinge som gick upp till ledningen efter andra sträckan genom Barbro Lönnkvist. Maria Ehn, Maria Pettersson och Yvonne Andersson drygade ut till så småningom sju minuter.

Var det nervöst med Ranghild Bente Andersen från Halden fem minuter efter?
- Det är alltid lite pirrigt, annars gör man inte sitt bästa. Men jag glömde bort henne ända till varvningen då jag fick veta i högtalarna att hon var en bit efter. Och då var det lugnt, säger Yvonne Andersson.

Det var sjätte segern på sju år för Tullinge - Satsar ni på vinst nästa år också?

- Alla förväntar att vi ska vinna, och budkavle är skojigt så vi det sporrar. Vi vill ju uppfylla förväntningarna, skämtar Maria Pettersson och Yvonne Andersson.

Finsk dominans i H55

Det var stor finsk dominans i herrarnas äldre klass, H55. Helsingin Suunnistajat och nio andra finska lag var först i mål, innan första svenska lag, SOK Viljan från Oskarshamn placerade sig på elfte plats.

SOK Viljans avslutare Göran Svensson var dock klart inne på att finländarna ska få en rejälmatch nästa år. Han instämde i vad finländarna brukar säga: att de håller på och tränar intensivt högre upp i åldrarna än vad svenskar normalt gör.

Kristinehamn säker segrare i HD60
Kristinehamns OK vann en säker om än inte överlägsen seger i den äldsta och mixade klassen HD60. I det segrande laget sprang på första sträckan Lennart Larsson, som ledde klubben till seger i 10-mila 1967. Där slog han lagkamraten Yngve Johansson som då sprang sista sträckan för Järfälla OK. På mellansträckan i HD60-laget sprang Birgitta Johansson. På andra och tredje plats kom Liedon Parma, Finland, och OK Österåker, tre respektive fem minuter efter.

Nästa år drar vi vidare till Boxolm och vi hoppas på ett lika bra arrangemang då!



Loks "ihärdiga" intervjuspeaker Björn Widén pratar med Michael Wehlin

Ny sponsor



Anna Mårsell

TietoEnator HealthCare AB
Sedan våren 2002 pryder TietoEnator HealthCare AB våra seniorer och juniorer. Tillsammans med LinPro AB och Dab Dental AB utgör de stommen i satsningen mot en nordisk storklubb 2005.

TietoEnator HealthCare AB utvecklar IT-stöd för hälso- och sjukvårdsmarknaden. Deras vision är att sätta patienten i centrum och bygga ett stöd för detta. I produktutbudet syns tandvårdssystem, processtöd till sjukhusvård samt primärvård. Tjänsteutbudet kretsar kring projektledning, verksamhetsutveckling och kundsupport. TietoEnator HealthCare AB finns i Lund, Linköping, Jönköping och Stockholm.

//Sponsorkommittén

Bingolotto och Klippboken

Kerstin Lindström är en räddande ängel då hon lovat att ta hand om bingolotto försäljningen och klippboken.

Dessa två hedersuppdrag är inte något som folk springer benen av sig för att få ansvara för, så Kerstin är värd en eloge för detta. Bingolotto är ett alldeles utmärkt sätt för klubben att tjäna lite extra pengar. Under 2001 gav det klubben ca 40.000:-. Nyheter inför hösten är; värdfamiljerna i LOK-gården skall på Tisdagar, Torsdagar samt Söndagar sälja lotter så det bara

väller in pengar, då det är det bästa stället att sälja på. Det finns en del LOK:are som aldrig köper Bingolotter. Tänk vad ni missar, att få skänka klubben 16:- per lott samt att få chansen att vinna stora vinster för att inte nämna nöjet att få se Lasse Krone'r. Vad är bättre efter ett hårt träningspass än att få sjunka ned i soffan för att njuta av Bingolotto.

Nyheter på lotterifronten är en Sänka skepp lott där man skrapar torpeder, samt att Färgfemman är omgjord.

Vinst till LOK är 16:- av 40:- per såld bingolott samt 10:- av 20:- per såld färgfemman resp sänka-skepplott.

Passa på att prenumerera på era lotter, ta kontakt med Kerstin Lindström.

Klippboken är något som legat i "träda" under ett antal år men nu har alltså Kerstin lovat att ta hand om denna. Den är ju ett arv som vi skall värda ömt. Det är ju förutom våra avtryck i resultatlistorna det ända vi lämnar efter oss. Dessutom är det ju roligt att se gamla kort på t ex Jonas Svernestam när han var mindre. Har ni några bidrag till boken kontakta Kerstin.

Rapport från ett hygge i Tjällmotrakten

En klubb av LOK:s storlek och med våra ambitioner kostar pengar att dra runt. Vi har inte som LHC möjlighet att dra in trettiotvå (32) miljoner i sponsorstöd. Hur skall vi finansiera vår verksamhet? Ett utmärkt sätt är att plantera skog. Jag har länge letat efter ett sådant uppdrag, så när chansen dök upp var det inte läge att säga nej. Det jobbiga i sammanhanget var att framförhållningen var dålig pga att det skulle markberedas samt att tiden för plantering var kort. Men här fanns pengar att tjäna så att det var bara att ta tag i det hela.

Självklart kolliderade den första dagen med KM i Åtvidaberg så det var bara jag och en bror Henriksson där. Vi fick inrikta oss på att bära plantor fram till hygget och det var ca 300 m dit. Hygget var ca 400 m långt och 250 m brett, det var dessutom stenigt så att huggormarna bröt ryggen. Dag två var vi 7 st som slet i värmen.

När man fått upp vanan så planterar man ca 200 plantor per timme förutsatt att plantorna bärs fram.

Helgen därefter var det återigen dags för plantering under Jonas Svernestams ledning och det fungerade bra. Tredje helgen var det Jukola så nu fick de "lite" äldre slita i värmen. Vi hann inte få ner alla plantorna i backen på avsatt tid, därför blev jag tvingad att ta till en reservdag för att få ned de sista tusen plantorna.

Totalt planterade vi 20.995 granplantor a' 1,25:- vilket ger ca 26.000:- till klubben.

Stort tack till alla som hjälpte till i värmen.

Mats Bäckteman



Estland

Klockan var strax innan två på tisdagen då Johanna skulle komma hem till mig för att vi tillsammans skulle åka till Frihamnen i Stockholm. Därifrån skulle vi ta färjan Regina Baltica till Tallin.

Väl framme i terminalen skulle vi försöka hitta de som var ledare på resan. Detta var lättare sagt än gjort men som orienterare dras man nästan till varandra. Vi hittade alltså några andra som också skulle med på resan.

Efter en stund kom även ledarna kånkandes på ett vindskydd eller liknande (det användes aldrig). När alla till sista var samlade delades det ut biljetter. Ledarna hade i förväg bestämt hur vi skulle sova, därför fick vi inte biljetter med våra egna namn. Vi ställde oss i kön till passkontrollen. Men innan vi kom dit skulle biljetten och passet visas. Det var meningen att dessa skulle stämma ihop. Plötsligt började en omfattande lärakännalek. Alla sprang omkring och skulle hitta sin biljett samt hitta den vars biljett man hade. Det var så när att några Stockholmare, gick in med två biljetter vilket hade fått som följd att några andra inte kom med. När vi sedan passerat passkontrollen skulle vi då byta tillbaka alla biljetter igen. Med detta blev det lite si och så efter som några redan hade sprungit till sina hytter. Tillsist ordnade sig ändå allt.

När vi hade lastat in våra saker i hytten gick vi på en rekognoseringstur i båten. Det var tur att det fanns orienteringstavlor cirka var tredje meter annars vet jag inte om vi hade hitta tillbaka. Efter att Johanna hade fått tag på sin hyttnyckel bestämde vi oss för att det var matdags. Johanna hade med sig egen mat men jag anslöt mig till en tjej och en kille från Almby IK

Efter att vi ätit klart började en lång väntan tills vi skulle gå och lägga oss. Tiden gick dock snabbare efter att vi hittat en kortlek och satt oss i Restaurangen/Cafét. När vi tyckte att klockan blivit mycket gick vi och lade oss. Det dröjde dock ännu ett tag innan den sista i vår hytt kom.

Vi vaknade av att en kvinna ropade något på estniska i högtalarna. Det var bara att

på Jukkolavis rusa iväg till frukosten. När denna låg väl paketerad i magen Fylldes väskan på med vatten från Tax-freshopen. Det sades nämligen att vi inte borde dricka vattnet som var i Estland.

Efter lång väntan i ostrukturerade köer, som närmast kan efterliknas vid matkön på Katedralskolan för er som vet, fortsatte resan med buss genom hela Estland till Pölva. Väl framme var det bara att direkt gå några tiotal meter till restaurangen där vi skulle äta. Maten var trerätters men höll annars inte svensk standard liksom boendet. Det blev ett träningspass på eftermiddagen till vilket vi åkte buss.

När vi kom hem från träningen skulle duscharna invigas dessa skulle enligt utsago vara tempererade men vi skulle spara på varmvattnet. Det omtalade varmvattnet räckte dock inte längre än en och en halv minut. Det var nu åter igen dags för mat samt vatteninköp.

Även nästkommande dag var det träning som gällde, två pass. Det första passet avverkades nio mil från Pölva. När vi kom fram förstod vi varför vi hade åkt så långt, åtminstone med tanke på hur terrängen var i övriga distriktet. Här var det öppen tallmo med mycket lite detaljer vilket gjorde att de som hade ett "löst kompasshus" hade problem. Det andra träningspasset var mer vanlig Estlandsterräng d.v.s. obegränsat med sly och ris. När vi kommit hem från detta vårt tredje pass var vi ganska trötta men vem missar friidrotts EM? Inte vi i alla fall. När alla hade hoppat klart blev det ändå sängen. Morgonen dagen därpå började som vanligt med frukost och träning. Men efter lunch var det dags att ladda inför tävlingen som stundade. Det bar iväg med en ganska tom buss, det framgick av PM att det skulle finnas bussning från Pölva till tävlingen. Detta var dessvärre inte sant. Hur detta löste sig fick jag aldrig reda på eftersom jag vid det laget var ute och sprang. För mig gick det inte alls bra, för Johanna gick det bättre.

Dagen därpå Var det åter tävling, denna gång var det längre banor. Inte heller denna gång gick det bra för mig. Johanna hade börjat känna sig dålig i halsen, i efterhand kom vi på att det nog var

rummen där vi bodde som ställde till det. Hon sprang i alla fall inte. På eftermiddagen hade vi ledigt. Några använde tiden till att vila andra till att spring sprint inne i Pölva. De flesta såg på när De sprang sina 1800 meter på runt åtta minuter.

En dag kvar. Denna dag hade de förlängt distanserna ytterligare. För mig gick det bättre Johanna, som åter sprang tog det dock lite lugnt. Eftersom vattnet tog slut när jag kom till duschen blev det bad i ån för min del. Efter det blev det meetballs det vill säga hamburgare för att fylla på reserverna. När prisutdelningen var över bar det av mot Tallin. En lång resa som mest bestod av sömn och vätskepåfyllnad (även tömning). Framme på båtterminalen började en väntan på biljetterna. Några lirade boll andra blev anklagade för att ha stulit en kamera. Denna gång fick vi biljetter med vårt eget namn men bodde även nu förut bestämt. I hytten tillbringades dock inte många timmar. Först gällde nämligen buffén sedan en kort men effektiv smältning av maten inför karaoke samt lite senare disco detta uppfyllde dock inte allas förväntningar.



Andreas Bjärkmar

UNGDOM

SOL-skolan 2002

Vi var 11 stycken (Erik B, Josefine L, Josefine S, Fredrik "Freddo" L, Linnea K, Johanna Ö, Andreas B, Linda C, Johan E, David E och jag) som hade slitit med att få ihop årets SOL-skola. Undertecknad stod som ansvarig för hela kalaset, men till vår hjälp hade vi också Ulla Kjell och Per-Johan Persson ifall problem skulle uppstå.

Den 10:e juni 09:00, körde vi igång. En mjukstart med namnlekar för att lära känna varandra, där det visade sig att katter inte var så omtyckta och att det kan göra ont att bli slagen med en tidning. Vidare fortsatte förmiddagen med dunken och skogsbrännboll. Dock blev det stämpelstafetten som blev mest omtalad efteråt. Protester inlämnades mot ledarlaget som ansågs ha fuskat. Vi förstod ingenting...

Efter lunchen (vällagad mat av Jossan och Freddo), skulle det tränas orientering. Då en grupp på 21 ystra små vänner, skulle bli för stor hade vi redan innan bestämt att ha två grupper. Den ena gruppen övade stjärnorientering, medan den andra sprang med kompass.

Dagen efter körde vi tvärtom, orientering på förmiddagen och andra övningar på eftermiddagen. Innan lunch hann vi också med lite karrfotboll. Och tjejerna slog killarna med 3-2. Yes!

Då maten slunkit ner och det dagliga krysset var klart, körde vi Tarzanbana. Men regnet blev alltför outhärdligt så vi gick in och tränade på karttecken och lekte "familjen". Man kunde då tro att hela LOK-gården var på väg att rivras.

Onsdagen, "the big day", och då talar vi inte om att vi skulle vandra två mil, och senare övernatta i tält. Nej, Sverige spelade ju match i herrarnas fotbolls-VM. Hur matchen gick får ni ta reda på själv, för vi vandrade iväg i 4 olika grupper. Målet var KFUM-gården vid stora Rengen. På vägen ner fanns det olika stationer med uppdrag som skulle lösas, men också en matstation där Freddo delade ut pastasallad.

Tillslut, efter en hel dags vandring, nåddes

slutligen KFUM-gården. Regnet öste ner, men som tur var hade vi ett hus att gå in i. Några av ledarna som varit där hela dagen hade satt upp tälten, men eftersom vi inte vill plåga deltagarna i onödan frågade vi om någon heller ville sova inne. NÄÄÄÄ!!! Var svaret. Då undrade vi om någon ville sova med en ledare i tältet. ALDRIG!!!



Lin i något varm sommarklädsel

Kvällen bedrevs med bad, fotboll och grillning.

Klockan tio skulle tänderna vara borstade, allt kvarvarande godis inlämnat till ledarna och man skulle ha krupit ner i sovsäcken. Jag och Linnea, såg till att alla som ville ha en godnattsaga fick det. Innan det hade vi varnat tjejerna för att gå in i Tostebergs tält, eftersom Patrik har tjejskräck.

Patriks tjejskräck försökte vi bota dagen därpå då vi körde kramkull, men han smög bara omkring i utkanten av gräsplanen och aktade sig noga för att bli tagen. Sen, under fotbollsturneringen, inträffade det av Corren uppmärksammade röda kortet. Ledarlagets tuffa mittfältare Linda, blev utsatt för domarens orättvisa bedömning och utvisas. Skit också, nu var vi ju tvungna att fuska för att vinna...

När alla blivit hämtade kunde även vi ledare fara hem, men inte för att sova, vilket egentligen behövdes, utan för att förbereda nästa dag och packa till Jukola.

09:00 LOK-gården, avslutningsdagen. Erik hade gjort i ordning en tjugisig orienteringsbana med luriga kontrollpunkter. Jossan och Freddo var i full färd med förberedelserna inför tårttävlingen som skulle gå av stapeln efter lunch. Innan dess såg vi på två korta filmer. "En sopopera" för att vidga miljötankandet, och "OL extreme" för att visa hur tuff och häftig orienteringssporten faktiskt är. Detta var dock inget smart drag visade det sig sen, eftersom kommentarerna om "OL extreme" lät ungefär så här:

- Iiiiiiih!!! (Närbild på ett blodigt knä)

- Jag tänker bara springa på stigar!! (Efter jag nämnt att när man blir äldre springer man i skogen och inte på stigarna).

I tårttävlingen segrade ledarlaget, men blev återigen anklagade för fusk eftersom de i segrarlaget även ingick i juryn...

För att knyta ihop den här strålande veckan kan man säga att ledarna ansågs roliga, övernattningen var kul, vandringen var lite väl lång och att det fanns åsikter om att ledarna inte skulle fuska hela tiden. Så här efteråt kan man också fråga sig vilka som egentligen hade roligast, ledarna eller deltagarna?

Stort tack till alla ledare som gjorde den här veckan möjlig.

Lin Eriksson (våldigt bra på att resa tältpinnar)

PS. Killar/män är endast bra till att resa och bära tunga tält, Linda har ont i sin stjärtsida och Erik heter egentligen Plutten. Dessutom, glöm aldrig att alltid ha med ett brännbolls racket på okända lägergårdar. Man vet aldrig vilka annorlunda människor som kan komma dit. HALLÅÅÅÅ!!! HAALLLÅÅÅÅÅÅ!!!

Lin Eriksson

UNGDOM

GM 10-11/8

Den nionde augusti bar det iväg mot Kungälv och götalandsmästerskap. Mats körde bussen som startade i Norrköping och sen rullade ner till Linköping och Mjölby för att hämta upp alla. I bussen lyssnades det på musik, särskilt Magnus Uggle och alla var på ganska gott humör trots värmen i bussen. Ett stopp blev på vägen då vi åt matsäck. Framme i Kungälv rullades liggunderlag och sovsäckar ut. Sen hade vi samling och Lin uppmanade alla att dricka mycket inför morgondagens tuffa Göteborgsterräng. Många tog denna uppmaning på allvar... det märktes. Under natten var tex Matte G och Matte E på toa sju gånger var. Lite kul var det sista gången. Innan alla somnade var det pratigt och det var inte alla som var glada åt det. Jag höll i varje fall tyst efter att Linnea sagt åt mig. Till slut sov alla gott och det var bara några få som vaknade före klockan nio då det var frukost. Alla räknade med gröt till frukost men nej den var tyvärr slut när vi östgötar kom. Det fick bli fil och mackor i

stället. Vid tiotiden åkte vi mot tävlingen. Efter en km vandring från bussen var vi framme på ett fint tc med ett långt upplopp. Speakern meddelade alla att det var tuffa banor och att segrartiderna skulle ligga runt tio min/km. Även han uppmanade oss alla att dricka väldigt mycket. Snart började folk knalla iväg mot start. Självt satt jag lugnt kvar eftersom jag startade vid tre. Åt och drack och väntade på östgötarna. Och visst kom de tidigt startande efter en stund. Visst stämde det att det var tufft så dom. Alla tyckte det var jobbigt och ganska svårt. Oj, nu blev man nervös. Här gällde det att ta det lugnt. Jag sprang iväg till start, satte på nummerlappen och gick på toa. Sen var det dags för start. Det gick ganska bra för mig förutom att jag gick över en höjd istället för att springa runt. Sjua blev jag. Bäst i östergötland sprang Emil Tengvall som kom trea i h14. Anton Ö kom fyra i samma klass. Efter prisutdelningen åkte vi tillbaka till skolan vi bodde på. Under kvällen kunde man gå på bio, spela minigolf

eller som jag, Elin och jossan gjorde, gick till mcdonalds och kalasade på glass. Denna kväll var det inte svårt att somna. Vid tolv tror jag alla hade slocknat. På söndagen var det dags för götalandskavlen som är en hängkavle med 25-manna stil. Först startar D och H15. D15 växlar till H14 och H15 till D14. När både D och H15 sprungit i mål går D16 ut och efter henne H16. Östergötlands första lag med Linnea Kjell från lok sprang bra genom hela kavlen och Linnea växlade som andra lag till H16 killen Jimmy Dahl. Jimmy var länge i täten tillsammans med Västergötland men orkade inte riktigt hela vägen. De slutade tvåa och det är kanonbra! Som pris valde de kex... från göteborgskex såklart. Efter en skojig ohelg rullade bussen sedan hemåt.

Fredrika Vångell

Distriktmatchen 2002

Det en gång en liten bil innehållande Peter, Per, Anton, Matilda och jag själv. Bilen visste inte riktigt var den skulle så den körde lite fel och sedan lite mer fel och tillbaka igen. Till slut hittade den lilla bilen fram till parkeringen och fyra lättade passagerare hoppade snabbt ut. De fyra hittade snabbt fram till tc som låg rätt så nära. Väl på tc träffade vi alla andra från Östergötland som satt och väntade på att de skulle få sina papperslappar att sätta på magen med hjälp av fyra finurliga säkerhetsnålar. Man fick sin papperslapp och den lilla, lilla lappen att sätta i emitbrickan. Det skulle stå namn och klass på den och det var vissa problem att hitta en penna att skriva med men det gick till slut. Jag travade sakta iväg till starten ivrig att få starta. Jag tyckte det gick ganska bra med springet men jag hade vissa problem med ganska många av kontrollerna. Tiden ska jag inte tala om, men ni ska få veta att jag var bästa östgöte i min klass. Jag tror inte det var så många som hade sprungit

så bra men om jag minns rätt så vann Oskar i alla fall sin klass.

Vi åkte till gymnasalen där vi skulle bo i en hyrd buss. Det var väldigt många modiga (däribland jag själv) som tog ett litet dopp i det väldigt kalla Vätternvattnet. Sedan väntade dusch och en efterlängtat lunch bestående av pasta och sås, grönsaker och bröd fick de som ville ha. På kvällen var det disco och det sägs att det var kul. Nästa dag skulle vi då springa kavle. Alla hade ju redan fått veta vilket lag de var i och kollat in personerna de skulle växla till, så alla väntade bara på starten. Jag vet inte riktigt hur det gick för alla men Anton var i alla fall bäst på sin sträcka. Östergötland var de som klarade bäst av att nå målet att ha flest lag bland de 13 bästa så vi vann. Vi vann första dagen med. Sedan var det mat och prisutdelning och sedan var det bara att sätta sig i den lilla bilen och hoppas att den hittade hem.

"yngsta östlinddottern"



Har ingen bild på "yngsta östlinddottern" så det får bli en bild på DM-klassisk segraren i D16, Elin Lindström "

Tänk på LOK:s ungdomsfond

Fondens avkastning används för extra uppmuntran i ungdomsverksamheten. Syftet är att fler barn och ungdomar ska känna glädje och upptäcka tjuvningen med orienteringssporten.

Fondens kapital
var 67 222kr den 1/8

Bidrag emotses tacksamt till klubbens
postgiro 29 17 99-5

Märk "Ungdomsfonden"



Medlemsavgift

Medlemsavgiften för år 2002 är 200:-. För familj med två vuxna och ett obegränsat antal familjemedlemmar som är 20 år eller yngre är avgiften 400:-

Tävlingsavgiften för år 2002 är 400:-. Avgiften erläggs av medlemmar som är 21 år eller äldre och avser att delta i tävlingar.



Vinnare i LOK:s interna lotteri

Maj:

- 1:a 50 P-J Persson
- 2:a 32 C-O Swärd
- 3:a 17 Einar Johansson

Juni:

- 1:a 07 Ulla Kjell
- 2:a 32 C-O Swärd
- 3:a 58 Lena Svensson

Juli:

- 1:a 01 Bernard Hydling
- 2:a 47 Rune Fritz
- 3:a 3:e 54 Nils Andersson

Augusti:

- 1:a 44 Inga Hansson
- 2:a 43 Sune Johansson
- 3:a 99 Vakant

Information

Lotteriet omfattar lott 00-99 och utlotning av vinster sker 13 ggr/år.

Vinstplan:

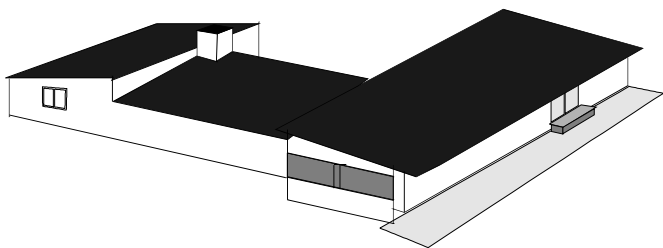
- 1:a vinst = 1st presentkort à 300:-
- 2:a vinst = 1st presentkort à 100:-
- 3:a vinst = 1st presentkort à 100:-

Om Du inte har någon lott, tag då kontakt med Jan Bäckström på tel 16 45 09.

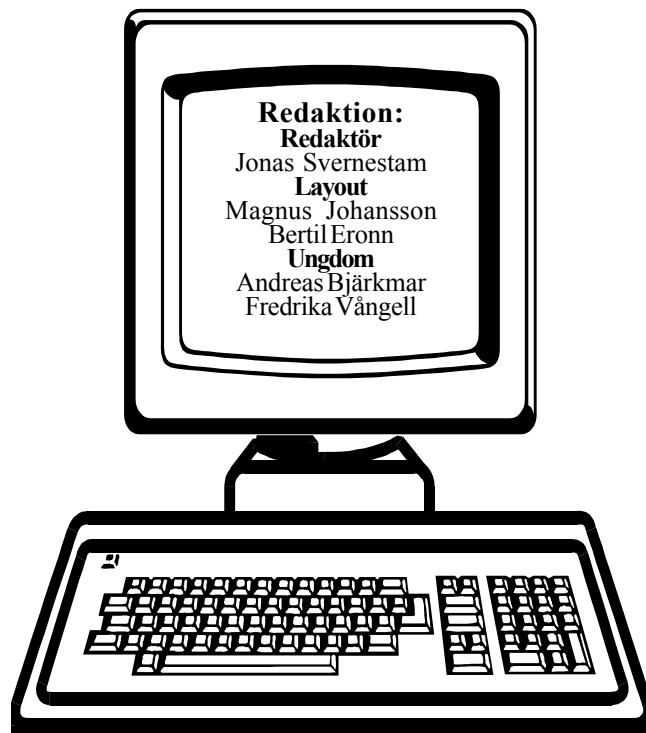
LOK:s postgirokonton

Huvudkonto	29 17 99-5
Medlems- och lotteri	21 21 90-3
Klädförsäljning	57 52 46-4
Anmälningavgifter	34 65 84-6

ORIENTERINGSTAVLAN



	Tis	Tor	Sön
Nov-Mars	x	x	x
April-Juni	x	x	
Juli	x	(ingen servering)	
Aug-Okt	x	x	



Bastu: tisdag, torsdag och söndag
Gemensam träning: vardagar 17³⁰ och söndagar kl 10⁰⁰.

Öppettider:
Vardagar kl 17⁰⁰-20³⁰ (servering tisdag och torsdag från kl 18⁰⁰).

Söndagar kl 9³⁰-13⁰⁰ (servering från kl 10³⁰).

Ring telefonsvararen
(tel 15 74 26) så får du
veta vad som händer!

Tryck: Linus & Linnea
Upplaga 350 ex

Adress: På spåret
Linköpings OK
LOK-gården
589 53 Linköping
Fax: 15 18 36
Tel: 15 74 26

Hemsida: <http://www.lok.se>

E-mail: lok.ol@telia.com



På spåret utkommer 4 ggr/år
Nästa nummer
kommer i slutet av november 2002