



Linköpings Orienteringsklubb



Ett stort tack till Våra samarbetspartners



Linköping
Där idéer blir verklighet



SAAB

AerotechTelub
ETT FÖRETAG I SAAB-KONCERNEN



Tekniska Verken i Linköping AB

Hektor Data AB

Johnny Dahlgren Grafisk Produktion AB

Malmbergs Ur-Optik Linser AB

Målerihantverkarna i Linköping AB

AB Svensk Leca

Åhlin & Ekeroth Byggnads AB



Gott Nytt År!

2006 ligger framför oss som en vit, nypistad skidbacke. Ingen vet vad året för med sig, men min önskan är att LOKet ska dras framåt av medlemmar som trivs i klubben och som tillsammans vill verka för att året ska bli så bra som möjligt. Min jämförelse med en skidbacke fick jag utifrån att jag just är hemkommen från en veckas skidsemester i Österrrike, tillsammans med min familj.

Veckan påminde till stor del om en O-ringenvecka! Stora och små, unga och gamla, elit och motionär tillsammans, internationellt, backar (banor) som passade alla utifrån vars och ens förmåga. Efter dagens utomhusövningar var det mat, sällskapsspel och sömn, som gällde. På Gasthausset där vi bodde har dom nog aldrig serverat så mycket mjölk som måltidsdryck, som under denna vecka då fam. Kjell med följe var gäster. I början var de lite undrande men mot slutet frågade de om det var "ein grosses oder ein kleines milch", som gällde. Sista dagen bestämde vi oss för att ta det lugnt så att vi skulle komma helskinnade hem. Därför åkte vi den 6 km långa rodelbanan, vilket kunde ha slutat med förskräckelse, eftersom kälken levde sitt eget liv och snabbast (pojkvän, Kils OK) for fram på knappt 18 minuter. Självt har jag en ond arm som minne av denna sista dag. Under veckan skänkte jag flera varma tankar till Peter Aronsson, som var den som gjorde att jag inte frös! Peter tog hem Ullmax till LOK, härliga sköna sockor och underställ som jag varmt kan rekommendera. Samtidigt som ni slipper frysa, ger varje sålt plagg en förtjänst till LOK. Kläderna finns att beställa och beskåda på LOK-gården.

Dock gäller detta, borta bra men hemma bäst. I Linköping möttes vi av vitt, vitt, vintervitt (Bok, Lennart Helsing) och jag hoppas att snön får ligga ett tag så att vi kan ha roligt med den. Kanske kan det bli skidororientering i år, vem vet?

Det vi i styrelsen vet, är att nu börjar sammanställningen av 2005, i form av en verksamhetsberättelse, baserad på kommittéernas arbete. Likaså börjar budgetarbetet, där vi lägger fram ett förslag som årsmötet får ta ställning till den 12 februari. Naturligtvis försöker vi att tillgodose alla önskemål som kommittéerna lämnat in, för det är ett givande och ett tagande att sammanställa en budget och vi gör vårt bästa. Till årsmötet är ni allesammans välkomna. Då väljs en ny styrelse, medlemsavgiften fastställs och utmärkelser delas ut, m.m.



Under året som kommer har vi naturligtvis en hel del fasta hållpunkter utöver vanliga klubbträningar och eget tävlande. LOK arrangerar Vårtävling 7/5 på Prästtomta Skjutfält med Tomas Boman som tävlingsledare. 5-6/8 är det Nordisk Budkavle '43 tillsammans med Finspångs SOK i Finspång. Tävlingsledare är Stephan Svensson. 30/9 arrangeras ungdomsstafetten Ekorren Cup och 15 oktober är det LOKs Hösttävling. De två sistnämnda tävlingarna går i Linköpings södra delar. Som ni förstår hoppas jag att många bokar in dessa datum för att vara med

och arbeta med och på tävlingarna. Dessa tävlingar utgör en stor del av våra intäkter och är det som gör att vi kan fortsätta driva vår verksamhet. Jag vet att många (de flesta?) av oss har fullt upp med arbete, övertid dessutom, hem, familj, studier och att många tycker att tiden är knapp för ideellt arbete. Men om många hjälps åt så blir det både lättare och roligare. Eftersom vi arrangerar många tävlingar går det åt många priser. Jag vädjar till er att lämna bidrag, framför allt sådant som passar barn och ungdom. Där går det åt massor av priser. Lämna priserna på LOK-gården eller till mig personligen så ska jag se till att de kommer rätt ställe. Till sist, kämpa med vinterträningen för det lär löna sig när våren kommer. Ännu en gång önskar jag er ett Gott Nytt År och hoppas att ni hittar den kontroll som ni söker!

Ulla Kjell

Boken,

ORIENTERINGSLIV

Kan Du fortfarande köpa i LOK-gården av Monica och Ulla eller direkt av författaren P-J. Orienteringsliv har fått goda recensioner och vissa av dem är återgivna på LOK:s hemsida. Klicka Dig in via bokens loga! Orienteringsliv har under året varit pris på veteran-SM, O-Ringen, 43-kavlen, 25-manna och Smålandskavlen samt inte minst i tävlingar i tidningen Skogssport. Det viktigaste är, tycker jag, att Du, om Du köper boken, får del av LOK:s historia. *Varför inte köpa den och ge bort som present!*

Anna och Niklas: Ny terräng och skidor lockar till Borlänge

Nu har Anna Mårsell och Niklas Aldin installerat sig i Borlänge, På Spåret intervjuade per mobil dagen när flyttlasset kom fram. Ny terräng att träna och tävla i och mer skidåkning, det är två viktiga skäl att byta östgötaslätten mot dala-skogarna.



– Jag hade aldrig tänkt bosätta mig i Linköping när jag började studera, det blev längre än jag tänkt mig, förklarar Anna.

Hon köpte inte ens en Emitbricka av den anledningen – Östergötland är ju ganska ensam med det systemet. Och en tid har Anna och Niklas funderat på vart de skulle ta vägen.

– Jag längtade efter nya utmaningar, jag har tröttnat på att åka så långt för att hitta bra träningsterräng. Och vi får närmare till naturen över huvudet. Avgörande var att jag fick ett nytt bra jobb, och Niklas också.

– När vi tittade oss om var det ju också en klubb med bra verksamhet vi vill ha, vi ville inte byta ner oss. Och då passade Stora Tuna IK in. De har många aktiva, många bra löpare.

– Inte allt för långt bort från släkt och vi har några vi känner här. Det kan bli en ny kick för både jobb och orientering, kompletterar Niklas.

Jobben handlar för Niklas om att byta plats inom Intentia med ungefär samma uppgifter, dvs. med rådgivning för logistik och transporter. Och det området har Anna närmast sig hos sin nye arbetsgivare Priona, som arbetar med logistiktjänster åt Vägverket och Banverket. Men hon fortsätter som programmerare.

Från nu till orienteringsframtiden:

– Jag ser fram mot att tävla i den här delen av landet, det ska bli kul. Tävlingsmässigt siktar jag på en plats i Tunas andralag på tiomila, säger Niklas. Bara han får fortsätta att vara hel och inte jobbens resor tar för mycket tid.

VM 2006

För Anna handlar det om VM, som i profilintervjun i På spåret 1999. Då siktade hon på VM i Schweiz 2003 men kom inte med.

– Jag hade underskattat vilka förberedelser som krävs. Men nu siktar jag mot årets VM och EM i maj. Så blir kavlarna i Stora Tuna intressanta i år, det blir nervöst.

Du har en femte och en fjärdeplats på sprint-VM, när ska det bli VM-guld?

– Det kan jag inte lova, då måste man ha marginalerna med sig. Men jag ska ha en medalj, det säger Anna med eftertryck. I år arbetar Anna som tidigare 80% under vintern och 50% när säsongen börjar för att ha tid att träna och resa orientering. Efter VM i år bestämmer hon om eventuell fortsatt satsning – men det är fortfarande roligt, så vi kan nog hoppas på flera år i blågult.

Recensera LOK

Vi ber både Anna och Niklas recensera LOK, och de är ganska överens, om än med olika ordval. Anna drar fram två förtjänster hos LOK.

– Elitverksamheten har verkligen bra klass, det är mycket träning, vi åker ut mycket och det är ett syfte med varje pass.

– Det är en stor klubb med många ben att stå på, det är ingen panik om eliten haltar tillfälligt.

– Och som medlem är man inte tvungen att satsa allt, man är välkommen ändå. Niklas håller med och tycker att det är roligt att vara medlem i LOK. Han preciserar det där med flera ben:

– Det är bra elitverksamhet, bra ungdomsverksamhet och bra arrangemang.



Vad är det LOK kan göra bättre?

– Det kan behövas en del nyheter, t.ex. i 43-kavlen för att häva den neråtgående trenden – om det inte är en allmän nedgång, menar Niklas.

Bättre samarbete mellan olika verksamheter i LOK, efterlyser Anna, även om hon inser att det inte är lätt att ha träningar för alla när det är 50 juniorer och seniorer som tränar en tisdagskväll.

– Men jag saknar gemensam torsdagsträning, att man åker ut tillsammans och har tre banor att välja mellan, alltså som Sunes bana fast inte alltid vid klubblokalen. Det är nog det enda från Södertälje jag saknar.

Återstår bara att fråga Anna om hon har något mer att tillägga. Och det blir:

– TACK och HEJ!

Och för oss återstår att erinra om vad Ulla Kjell påminde om på Startpunkt: Det var Anna som myntade uttrycket

LOK är KUL!

Lennart Sturesson

O-RINGEN 2007

O-ringen 2007 - Rapport från resan till Hälsingland, om O-ringens arrangemang.

Lok har bl.a. åtaget sig banläggningen av en etapp vid O-ringen i Mjölby 2007. Banläggruppen består av Anders, Markus, Marie/Lennart, Curt och undertecknad. Kommer att förstärkas så småningom med medhjälpare.

Med anledning av detta fick jag erbjudandet att följa med buss till Söderhamn, då Småland hade ett så kallat avlämningsmöte till Hälsingarna. Representanter från Östergötland, Dalarna och SOFT, fanns också bland åhörarna. Från Östergötland deltog ett tjugotal ledare av högsta "dignitet". Vi åkte buss tillsammans med smålänningarna, och kom fram kraftigt försenade till Söderhamn. Vi blev snabbt inlussade till en väntande församling och så kunde föreställningen börja.

SOFT var först på planen – tack till Småland – viktigt att värna om varumärket (O-ringen). Storbilden har kommit för att stanna på alla större arrangemang. (Soft:s uppfattning/krav). Kostnad drygt en miljon, får ses som en direkt kostnad av arrangör. En del åsikter om detta framfördes. Utgå att detta blir ett krav i Östergötland. Måhända kostnaden kan minska något.

Nästa aktör på banan var Småland som bl.a. belyste vilka mål de hade haft med sitt arrangemang. De tyckte trots Gudrun att det fungerat gott. Ett mål hade inte uppnåtts nämligen deltagarmålet 18000 tävlande. Analyser hade gjorts men ingen ensam faktor kunde lyftas fram. Andra arrangemang i Europa, Gudrun, dyrt för barnfamiljer m.m. och senare semestertider fanns med bland faktorerna. Slutligen framkom att minskningen väl följer den allmänna trenden av vår sport. Vecka 30 kommer i fortsättningen enligt SOFT vara vikt för O-ringen.

Hälsingland fortsatte nu med presentation av sitt koncept. Närheten med resultat att de tävlande fick mer tid över för egna aktiviteter framhövdes. Stenfria områden fanns!! De hade flera mål i sitt manus men

det blir ju ofta av typen som inte går att ta på konkret. Dock kommer de att pröva något nytt, vasaloppsklasser. Det framkom klart att vi var i ett skiddistrikt. Om tävlingen går att läsa mer i tidningen O-ringen. Egen reflexion: Det verkar som en del tror ju fler klasser desto fler deltagare, måhända vi ska steget fullt ut: varje tävlande har en egen klass, klassbeteckningen finns ju gratis i våra personnummer!!

Östergötland gav därefter sin presentation. Den följde helt den framtagna folder som vi tagit del av tidigare.

Jimmy Birkin gav därefter en intressant beskrivning av O-ringen 2008 i Sälen. Läs i O-ringen tidningen. Min reflexion helt privat "Dalarna ligger nog minst jämsides med Östergötland i planeringen".

Dag 2 blev för oss banläggare mer intressant. Nu skedde funktionsvisa genomgångar från Småland. Tävlingschefen Göran Bergander pekade mycket på att gränssnitten mellan olika funktioner var viktiga att slå fast. Några axplock som framkom. Deras markgrupp fungerade inte, vilket gjorde förseningar och trassel. Tidsplanen måste fungera. SOFT sitter på en massa centrala avtal tyvärr ej alltid till det bättre. Viktigt kolla vilka avtal som finns! Speaker och arenaproduktion har åsikter om bl.a. hur TC ska se ut, ex endast publik på en upploppssida. Vätska (vatten) vid starter, skogen och i mål sysselsatte 80 funktionärer hela veckan. Budgeten följdes upp varje möte. Viktigt med klister på Vip-dekalerna blev annars hårdvaluta i slutet på tävlingen med påföljd av kaos vid P.

2500-3000 bilar vid etapperna. Bekymmer därför att bilåkarna tog andra vägar än de anbefallda.

Direktanmälan större än väntat vilket gjorde nattarbete med tryckning av banor på olika sätt. Blivet billigare om man satsat rejält från början.

Markhyra 5000 kr/ha. OBS, många hästhagar som måste passeras vilket kostade tid och pengar.

Kartgrupp fanns, karttryckets beställning och utformning bestämdes av tävlingschefen och projektledaren för banläggningen.

Köp av tjänster förekom bl.a. restaurang, toa, tältresning alla med olika ekonomiska avtal.

Vad saknades? Förutom markgruppen som försvann ansågs att en skyltgrupp hade varit bra att ha.

Peter Thelin gav sedan oss banläggare en mycket seriös genomgång av själva banläggningens mysterium. Peter hade fungerat som sammanhållande och projektledare för funktionen. Han hade flera år tidigare börjat samla erfarenheter från bl.a. Bohuslän och framåt. Han ansvarade för samsynen, kontroll, utbildning, projektstyrning, arbetsbeskrivningar och tidsuppföljning. Deltog i alla möten som gällde funktionen externt, datasäkerhet.

Detaljer som att enas om kartformat, layout och placering av kartor vid tryckningen för att få ner kostnaderna.

Kontakter mot pinnleverantör, sammanställning till tävlingsadm. Ja han var spindeln i nätet.

Några råd: Samla alla med pinnstart på samma start/Mål.

Lås inte fast Superelitens banor - Producenten för Arenaproduktionen har synpunkter/krav in i det sista.

SÅ DET BÄSTA till sist: Peter levererade en Handbok till oss med alla fakta kring O-ringens banläggningsarbete. Dessutom en CD-skiva med samma material. Handbok och CD-skiva kopieras av Hans Kleist till ett ex per klubb. Jag har för avsikt att sedan kopiera så alla banläggare i gruppen kan ta del av detta. Om vi sedan kommer arbeta som Peter har gjort är en annan fråga som vi får ta ställning till. Det finns dock massa info som vi säkert har nytta av.

Utanför programmet måste jag säga att jag känner en viss oro kring O-ringen 2007. När sprids info, var finns tidsplanerna? Hoppas de kommer.

Hälsn fr Rune

Pennan går...

Hej allesammans, hoppas att ni haft en bra jul och att nyårsfirandet gick smärtfritt! Lite då och då dyker det upp en "skrivar-stafett" i På spåret, och jag tänker du dra igång en sådan igen.

Några av er har nog ingen aning om vem jag är samtidigt som några av er har sett mig växa upp till den jag är idag. Jag tar en kort presentation: Mitt namn är Linnea Kjell och min mamma är ordförande i klubben, det är hon, en av Sveriges mest hopplösa orienterare som försökt lära mig att orientera. Som tur är var det inte bara hon utan jag minns att Inga-Lill Pettersson hjälpte till också och när jag blev äldre tog Karin Backetman över. Numera tror jag att de alla är "pensionerade" som tränare och att nya ansikten drillar barnen. Mamma slutade som lekledare för de allra yngsta och sammankallande i sponsorkommittén när hon tillträdde som ordförande. Det var egentligen tänkt att hon för engångsskull bara skulle vara medlem, det blev inte riktigt så...

Jag flyttade i höstas ifrån Linköping för att studera i Jönköping, det har sedan dess blivit mer tydligt, det är få som gör mycket i klubben. Jag menar se på dem i styrelsen, hur många har, eller har haft, endast en uppgift åt gången? Innan mamma var ju Mats ordförande, och hur många bollar i luften hade inte han samtidigt. Eftersom jag ofta blir åksjuk när jag åker buss, så sitter jag ofta framme hos Mats som kör, och nästan konstant ringer telefonen och man får höra den antagligen numera automatiska hälsningsfrasen "A-kedjan-hyrbilar-Mats".

Vi hade på skolan en bra föreläsning i sociologi. Kvinnan längst där framme pratade om utbrändhet. "Bara människor som brinner kan bli utbrända" var ett citat vi fick med oss därifrån. Det är ganska självklart, en människa som inte gör någonting, kan inte heller tappa all kraft att göra det den aldrig gjort. Således kan bara

eldsjälar slockna, och en klubb som LOK har inte råd med att en eldsjäl slocknar. Jag vill inte ens tänka på vad som skulle hända om Per Magnusson försvann eller den dagen Sune och de andra veteranerna inte längre kan ställa upp. Vi behöver dessa eldsjälar så otroligt mycket, men de kan inte göra allt, utan de behöver hjälp, annars slocknar de. Jag är övertygad om



att det finns anonyma människor i klubben som bär på eldsjälsmaterial som bara väntar på att bli upptäckt. Det är dessa människor vi behöver hitta.

Jag skriver delvis detta "klagobrev" för att jag är trött på att det klagas. Jag tillhör elitgruppen och många klubbkompisar tror att eliten bara får och får och aldrig ger. Det är inte sant, det är eliten som är intressant för de flesta av våra sponsorer, och vi har gått med på att bära speciella tävlingsdräkter just för att deras företagsnamn ska synas. Om någon i ett förstalag på t.ex. Tio-mila skulle springa

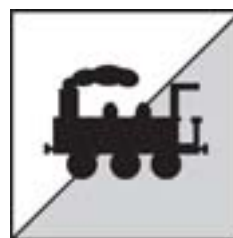
med Sydved-tights (eller ett par byxor med ett företag på tre bokstäver), så skulle sponsorererna rasa! Men som vanlig medlem får ni springa i vad ni vill. Vi i eliten är väldigt tacksamma för allt stöd vi får och varje gång någon förälder eller övrig klubbmedlem ställer upp på kavlar som coacher och mat-ansvariga. Visst, vi skulle kunna göra det själva, men man springer mycket bättre om man slipper tänka på vilka mat-bestyr som väntar när man kommer i mål och när någon vill så tror jag att de som brukar ställa upp blir överlyckliga om de får lite hjälp. Jag var för något år sedan på en föreläsning med Haldens tränare Kjell Puck (även fd. Lokare). Han berättade att deras "gubbar" i klubben hade varit så sura på eliten och det hade inte varit någon bra sammanhållning alls. Han föreslog då att de skulle följa med på Tio-mila och hjälpa till med maten och andra saker. Efter att de kommit hem (med första segern, tror jag han sa) var gubbarna som förbytta och lade träningar och ville så gärna hjälpa till. Kanske skulle det vara något för vår klubb för klimatet är inte som när jag växte upp. Då verkade det som att alla känner alla, men jag tror inte det är så nu. Testa att säga *Hej* till en ny person varje träning. Ni tillhör ju samma "gäng" så det är inget farligt.

Förhoppningsvis har jag med dessa ord sått några frön i era tankar som till hösten är klara att knoppa ut. Nu är det dags att avslöja vem jag vill ska föra ordet vidare i nästa nummer. Det har inte varit lätt, jag har velat om jag skulle ta en ny (Andrea/Jerk?) eller gammal (P-JP?) medlem, valet föll till sist någon som är lite mittemellan dessa två, en man som ställer upp närhelst det behövs. Han fixar och donar, tar ut lag och drar ihop folk till Tjoget mm: (trumvirvel) Christian Enberg! Grattis, hoppas du skriver en rad eller två. ☺

Linnea Kjell

INFORMATION

Tävlingsresa till Hälsingland 25-28 maj



Kristi himmelfärd-helgen, 25-28 maj, åker LOK på tävlingsresa till Hälsingland, och intresserade löpare kan redan nu boka in dessa datum i kalendern. Resan är fortfarande i planeringsstadiet, men preliminärt gäller följande:

- Vi åker i gemensam storbuss, med avresa onsdag eftermiddag/kväll. Reseledare är Torgny Faxén och bussen framförs av Mats Backteman.

- Resan sponsras av LOK, vilket gör att kostnaden förhoppningsvis blir ungefärligen logi + mat.

- Tävlingsarna går i Voxna torsdag (medel) och fredag (lång) samt Järvsö lördag (medel) och söndag (kavle).

- Logi ser ut att bli i Bollnästrakten. Vi preliminärbokar för 50 personer, vilket är vad bussen tar.

- I början av mars kommer en anmälningslista att läggas ut på hemsidan. Håll utkik!

För att underlätta planeringen uppmanar vi dig som är intresserad att redan nu anmäla ett preliminärt intresse till Torgny. De som preliminäransöker sig ligger också bäst till om bussen blir överfull enligt principen först till kvarn.....

Intresserad? Anmäl intresse NU till Torgny Faxen: faxen@nsc.liu.se eller tfn 013-396451.

Trivs med LOK i Hälsingland!

Nya anmälningsregler

För dig som inte har tillgång till internet-uppkoppling via dator:

Från och med år 2006 kommer jag att dra in tävlingsanmälan, noterade i pärm på LOK-gården, tisdagen innan sista anmälningsdag. Ni som vill anmäla er senare får mycket gärna slå en signal till mig på telefon 87095 eller 0734 189148. Detta gör jag då det är få som anmäler sig via pärmsystemet och det blir dyrt att åka in och hämta dessa (oftast söndagar).

Anmälar Marie Svernestam

Tävlingskommittén & Torgny Faxén

Vädjan från Kassören:

Som Ni kanske vet så håller klubben succesivt att gå över från nuvarande Plusgiro till Bankgiro. Skälet är ganska enkelt, bättre ränteläge på bankkontot. Jag uppmanar därför alla LOK:are att fr. o.m nu göra alla inbetalningar till följande bankgiron:

Medlems-, Tävlings- och Träningsavgifter samt Medl.lotteri:	5487 – 3864
Klädförsäljningen:	5487 — 4060
Anmälar (Resterande startavgifter m.m.):	5487 — 3930
Klubbens Huvudkonto	5487 – 4169

En annan sak som behöver en liten skärpning är attestering av fakturor. Det händer alltför ofta att jag hittar fakturor där sista betalningsdag redan passerats med risk för extra avgifter som följd. Jag vill därför gärna att Ni som är ansvariga för t.ex. ett inköp men som inte har attesträtt, snabbt informerar attestansvarig så att betalningen ej försenas.

Slutligen gäller det problemet med egenavgifter. Är det för att det gäller in idrottsförening som Ni dröjer med inbetalningen eller ????. Ni som t.ex. anmält Er till O-ringen 2006 redan i november då den billiga startavgiften gällde, hur många har gjort rätt för sig ??? Samma sak gäller antingen det gäller avgifter för läger, klubbresor, kläder, Emit-brickor eller startavgifter, d.v.s. avgiften ska betalas in omgående till det konto som angetts.

Curt Tillmann

KOMMITTÉ

Kommittéer 2006

*Följande kommittéer valdes på
LOK:s höstmöte 20/11-05:*

LOK-gårdskommittén

Rune Fritz, ordf.
Sune Johansson
Viola Fritz
Toije Hansson
Sixten Axelsson
Lars-Göran Göransson
Claes-Ove Swärdh
Projekt värddlista:
Monica Lindgren
Projekt materiel:
Rune Fritz
Karl-Einar Almén
Projekt släpkärra:
Karl-Erik Johansson

Ungdomskommittén

Andreas Björklind, ordf.
Anders Tosteberg
Pia Gustafsson
Lisa Ledskog
Fredrika Vångell
Gitte Engström
Lars Almén
Anna-Lena Karlsson
Carina Faxén
Projekt bollplank Ekorren Cup:
Per Gustås
Projekt nybörjarkurs:
Anna-Sofie Bark
Inger Gustås

Datakommittén

Joakim Tosteberg, ordf.
Ulf Bergkvist
Per Magnusson
Henrik Pettersson
Mattias Wingstedt
Mikael Kalms

OL-artiklar

Peter Aronsson, ordf.
Malin Carlsson
Ann-Sofie Svensson

Informationskommittén

Monica Lindgren, ordf.
Maud Göthe-Lundgren
Yuka Kinnami
Matilda Österberg
Andreas Berg
Robert Vångell
Jenny Stenström
Annika Ledskog
Lovisa Wåhlander
Projekt klippbok:
Roland Fridh
Projekt medlemsregister:
Curt Tillman
Projekt utbildningssamordnare:
Gunvor Fridh
Projekt lotteri:
Kia Svensson

OL-arrangemangskommittén

Markus Henriksson, ordf.
Karl Andersson
Rune Fritz
Åke Ljunggren
Per-Johan Persson
Sören Nilsson-Påledal
Inger Berg

43-kavlegrupp

Markus Henriksson, ordf.
Rune Fritz
Per-Johan Persson
Stephan Svensson, tävl.ledare
Tomas Boman, tävl.ledare
Pär Ericsson, tävl.ledare

Sponsorkommittén

Lennart Stureson, ordf.
Marianne Nyman
Fredrik Pettersson
Börje Andersson
Roger Stigsson

Tävlingskommittén

Magnus Herberthsson, ordf.
Marie Svernestam, anmälare
Tomas Boman
Curt Tillman
Projekt **UK HD35-**
Mats Backteman

Elitkommittén

Jonas Svernestam, ordf.
Christian Enberg
Fredrik Wallin
Pia Gustafsson
Jakob Gustavsson
Cecilia Frohm
Stina Boberg
Lin Eriksson
Projet: UK:
Huvudansvarig: Christian Enberg
Damer: Karin Backteman
Herrar: Anders Berg

Motionskommittén

Ole Pedersen, ordf.
Kjell Hagström
Ulf Waldenfjord
Roger Danielsson
Jörgen Svensson
Projekt sekretariat "Sunnes bana":
Ing-Marie Mild
Projekt mountainbike:
Jonas Svernestam
Projekt LOK-spåret:
Otto Holmdahl
Sune Johansson
Projekt Östgötaleden:
Kicki Carlsson
Lars Carlsson



INFORMATION

Värdlista för LOK-gården 2006



LOK-gårdskommitten tackar alla värdar, som skött serveringen under 2005. Målet är att vi ska ansvara för LOK-gården 1 vecka per år. För att uppnå detta behövs fler värdar. Nya medlemmar / ungdomsföräldrar är hjärtligt välkomna att hjälpa till. Att sköta serveringen är trevligt och ett bra sätt att lära känna varandra.

Värdlistan anslås i LOK-gården samt på hemsidan. Ni kommer själva överens om eventuella byten av tider. Första namn på veckolistan är sammanhållande.

Om ni har frågor vänd er till Monica Lindgren tel 013-152085.

Vecka	Veckovärdar
01	Per-Johan Persson, Curt Tillman, Birgit o Allan Johansson
02	Anneli o Thomas Stenström, Inger o Per Gustås
03	Lars-G o Ulla Göransson, Lisa Ledskog
04	Gitte Engström, Ann-Sofie Bark
05	Ole Pedersen o Kerstin Boberg, Inger o Anders Berg
06	Peter Jakobsson, Elisabeth Viklund
07	Marianne Nyman o Rolf Ljungbark, Helena Wassberger
08	Sune Johansson, Kalle Andersson, Otto Holmdahl
09	Stephan o Lena Svensson, Roger Stigsson
10	Mats o Karin Backteman, J-Å o Anna Bjärkmar
11	Anna-Lena Karlsson, Ulrika Sandahl
12	Kia o Håkan Svensson, Linnea Svensson
13	Lars-Erik Henriksson, Börje Andersson
14	Torgny o Carina Faxén, Johan Källsand
15	Pär o Marie Eriksson, Elisabeth o Matilda Österberg
16	M Herberthsson o A Ivarsson, Rune Karlsson, Sture Törnesjö
17	Anne Bössfall, Kerstin Nordal
18	Lennart Stuesson, Barbro Gustafsson

Ny informationskommitté

Vid höstmötet 2005 valdes en ny informationskommitté, bestående av Andreas Berg, Maud Göthe-Lundgren, Yuka Kinnami, Annika Ledskog, Monica Lindgren (ordf.), Jenny Stenström, Robert Vångell, Lovisa Wåhlander och Matilda Österberg. Via tidningen På Spåret, månadsbladet LOKNytt, anslagstavlor och webbplatsen vill vi ge alla medlemmar allsidig information och trevlig läsning om klubbens verksamhet och om medlemmarnas aktiviteter. Första numret av På Spåret planeras att komma ut till påsk.



Delar av nya informationskommittén: Annika Ledskog, Andreas Berg, Monica Lindgren, Matilda Österberg och Maud Göthe-lindgren.



Din arbetsgivare kan bli sponsor

Vi i sponsorkommittén har till uppgift att sluta samarbetsavtal med företag och organisationer som kan stödja LOK med pengar eller andra insatser. Främst ska inkomsterna stödja elitverksamheten men detta ger indirekt ekonomiskt utrymme för satsning på ungdomar och övrig verksamhet.

Vi tror att många medlemmar kan få sin arbetsgivare att stödja LOK:s verksamhet. Till exempel genom

- att sluta sponsoravtal,
- att skänka priser till LOK:s tävlingar,
- att anställa LOKare som är klara med sin utbildning,
- att hyra LOK:s klubbstuga för konferenser och motionsarrangemang.

Därför vill vi be dig att fundera på frågorna ovan och i synnerhet om din arbetsgivare kan bidra med ett större eller mindre bidrag genom ett sponsoravtal. Det LOK har att erbjuda är reklam på tävlingsdräkt, webbsida, reklamtavla och i samband med arrangemang. Vidare konferens i LOK-gården, som kan kompletteras med serv

Missa inte:

Årsmöte 12/2

Söndagen den 12 februari i LOK-gården.

Punkter på dagordningen:

Utdelning av utmärkelser

Fastställande av avgifter

Val av styrelse mm.

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 17.30 och söndagar kl 10.00.

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

Söndagar kl 9.30-13.00 (servering från kl 10³⁰).

Adress: Linköpings Orienteringsklubb
Vidingsjö, LOK-gården
589 53 Linköping
Fax: 15 18 36
Tel: 15 74 26

Hemsida: <http://www.lok.se>
E-mail: info@lok.se

LOK:s postgirokonton

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

På Spåret

Framsida:

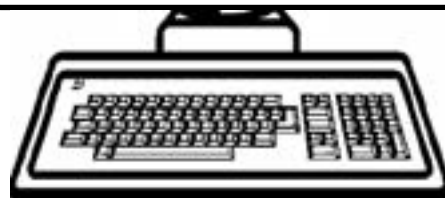
Foto:

Tryck:

Bokakademien i Östergötland AB
Upplaga 350 ex

Redaktion: Jonas Svernestam

**På Spåret utkommer 4 ggr/år.
Nästa nummer kommer i april**



Medlemsavgift

Medlemsavgift 2006 (enskild):	200kr
Medlemsavgift 2006 (familj *):	500kr
Tävlingsavgift 2006 (enskild 21+ **):	450kr
Tävlingsavgift 2006 (enskild 17-20 ***):	250kr
Avgift per tävling 2006 (21+):	30kr
Avgift per tävling 2006 (17-20):	15kr
Träningsavgift ungdom upp till 16:	100kr

*) Familjeavgiften täcker föräldrar samt alla barn som är 20 år eller yngre

**) Den högre tävlingsavgiften betalas av seniorer (21 år) och äldre.

***) Den lägre tävlingsavgiften betalas av juniorer (17-20 år).

För mer information se:
<http://www.lok.se/index.php?page=331>

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

