

Verksamhetsberättelse 2025



**Linköpings
Orienteringsklubb**

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	2
Verksamhetsberättelse.....	3
Styrelse och övriga förtroendeuppdrag.....	3
Kommittéer (valda vid höstmötet 2024).....	3
Ekonomi.....	5
Medlemsantal.....	5
Ungdomskommittén.....	6
Senior- och juniorkommittén.....	8
Motionskommittén.....	9
Tävlingskommittén.....	10
OL-arrangemangskommittén.....	11
MTBO-kommittén.....	12
Projektgrupper.....	12
LOK-gårdskommittén.....	14
Klädkommittén.....	15
Informationskommittén.....	16
Radiopejlkommittén.....	16
Datakommittén.....	17
Hemsidan.....	17
Veteranverksamheten.....	18
Annan tävlingsverksamhet.....	18
Utmärkelser.....	19
Externa uppdrag.....	20
Slutord från ordförande.....	20



Verksamhetsberättelse

Styrelsen för Linköpings OK har härmed nöjet att avge följande verksamhetsberättelse för föreningens verksamhet under tiden 2025-01-01 till 2025-12-31.

Styrelse och övriga förtroendeuppdrag

Styrelsen har haft följande sammansättning:

Ordförande:	Per Johansson	Ledamöter:	Kristina Ljunggren
Vice ordförande:	Tina Lindgren		Hanna Modig Tjärnström
1:a sekreterare:	Jörgen Sköld	Suppleanter:	Simon Runefors
2:a sekreterare:	Mats Adolfsson		Joline Ingelsson
Kassör:	Joakim Tosteberg		

Under verksamhetsåret har 12 styrelsemöten, samt årsmöte och höstmöte genomförts. Årsmötet hölls 2025-02-25 och samlade 46 medlemmar. Höstmötet hölls 2025-11-25 och samlade 41 medlemmar.

Revisorer

Cecilia Enberg
Julia Modig Tjärnström
Ulf Jonare, revisorssuppleant
Urban Petersson, revisorssuppleant

Valberedning

Martin Jareland, sammankallande
Emma Bengtsson
Lotta Borg
Patrik Gustavsson

Kommittéer (valda vid höstmötet 2024)

Datakommittén

Per Magnusson, sammankallande
Joakim Tosteberg Erik Sköld
Sven Engström

Hemsidesansvariga

Per Magnusson, sammankallande
Erik Sköld Sven Engström

Motionskommittén

Lena Strömbäck, sammankallande
Filip Strömbäck Anders Berg
Rikard Borg Mats Forsman

MTBO-kommittén

Bertil Eronn, sammankallande
Karin Skullman Johan Källsand

Tävlingskommittén

Magnus Herberthson, sammankallande
Annika Ivarsson Lotta Borg
Pedro Lundquist, anmälare
Christer Lindell, resultatbörsen

UK för HD35-

Christian Enberg Pia Vångell

Senior- och juniorkommittén

Hanna Modig Tjärnström, sammankallande
Christian Enberg, UK seniorer/juniorer
Jan Johansson Patrik Nilsson
Emma Beskow Emanuel Herberthson
Oskar Svahn Jörgen Sköld



Informationskommittén

Tove Ekström, sammankallande
Hanna Lagerberg Maja Porle

Klippboksansvarig
Klara Ljunggren

Medlemsregisteransvarig
Peter Jakobsson

LOK-gårdskommittén

Stephan Svensson, sammankallande
Gustav Olsson Ulla Kjell
Roland Fridh Yngve Pettersson
Anders Kjell

Uthyrning
Ulla och Anders Kjell

Uthyrning släpkärra
Roland Fridh

Värdlisteansvarig
Anna Kullberg

Veteran-OL
Pia Vångell

LOK-milen
Magnus Sahlman

Radiopejlkommittén

Per Magnusson, sammankallande
Monika Edstam Joakim Tosteberg
Mattias Eriksson

pejla.se
Henrik Eklund Oskar Svahn

UK radiopejl
Christian Enberg Hanna Modig Tjärnström

OL-artiklar

Emma Berggren, sammankallande
Sara Söderqvist
Kajsa Hammarström
Susanna Lindell, Ullmax

Veteranverksamhet

Bertil Eriksson, sammankallande
Vejmar Sandell

OL-arrangemangskommittén

Martin Strömgren, sammankallande
Henrik Eklund Fredrik Johansson Jr

Kartansvariga
Olof Ljunggren Åke Ljunggren

Mark- och viltansvariga
Per Gustås Inger Gustås

Kartförsäljning
Carolina Magnusson

Ungdomskommittén

Anna Call, sammankallande
Thomas Adolfsson Anna Salmons
Pontus Wessman Karl Schärlund
Fredrik Lindström

UK ungdom
Björn Knuthammar Anna Otterborg
Johan Åtting

Mentor Unga Ledare
Annika Rantzer Maria Sarberg

Mentor Ekorren Cup och Ungdomsserien
Thomas Stenström

Projektgrupper

Blodomloppet
Linnea Borg Frida Karlsson
Anna Johansson

XC-race
Johan Årbrink Gunnar Engström
Jonathan Jylltorp Emanuel Herberthson

Östgötaleden
Ann-Sofie Svensson Jörgen Svensson

Hittaut
Karin Olofsson Inger Gustås
Emelie Adolfsson Markus Henriksson



Ekonomi

Föreningens ekonomi är fortsatt god. Summa eget kapital uppgår till 3 336 253,61 kronor varav 1 080 632,76 är avsatt i olika fonder och 478 392,50 är bundet i vår fastighet LOK-gården.

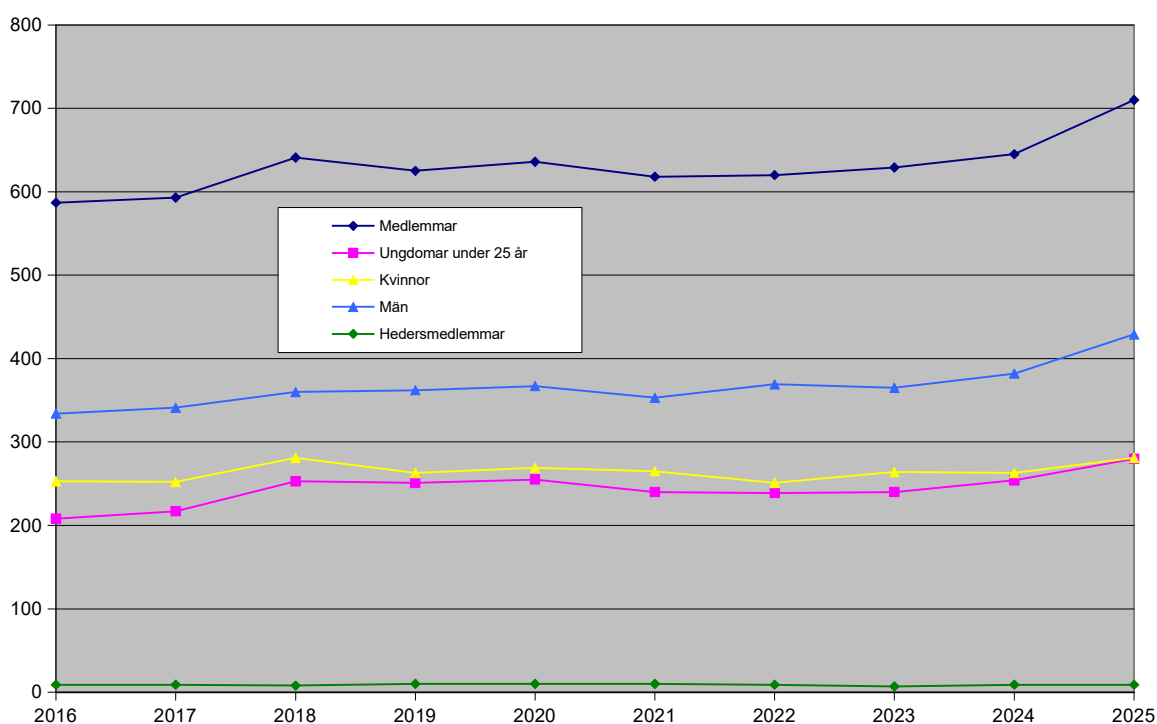
Resultatet för 2025 visar ett överskott på 137 796,55 kronor vilket är tydligt bättre än den budgeterade förlusten på 95 700. Denna skillnad förklaras till största delen av två poster; dels vårt Swedish League arrangemang som gick med cirka 415 000 kronor i vinst vilket var 115 000 kronor mer än budgeterat. Därutöver så fick vi på våra arrangemang gentemot skolor och försvarsmakten in nästan 70 000 kronor mer än budgeterat.

Med detta beaktat kan man konstatera att om vi hade haft ett vanligt arrangemang istället för ett Swedish League arrangemang så hade vi istället gjort en ganska stor förlust.

Medlemsantal

Antalet medlemmar den 31 december de senaste åren framgår av nedanstående tabell och diagram.

	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Medlemmar	587	593	641	625	636	618	620	629	645	710
Ungdomar under 25 år	208	217	253	251	255	240	239	240	254	280
Kvinnor	253	252	281	263	269	265	251	264	263	281
Män	334	341	360	362	367	353	369	365	382	429
Hedersmedlemmar	9	9	8	10	10	10	9	7	9	9





Ungdomskommittén

Ännu ett år har gått i ungdomsverksamheten. Vi har många aktiva ungdomar och det fylls kontinuerligt på i de yngre grupperna. LOK-gården är, framför allt på tisdagar, fylld av aktiva och glada ungdomar, både på träningen och efteråt vid fikaborden.

Under året har cirka 180 ungdomar deltagit i ungdomsverksamheten, vilket är en ökning med cirka 10 barn mot föregående år. Intresset för orientering fortsätter att vara stort. Det är kul att det är både unga och lite äldre ungdomar som börjar. Flera har uttryckt att intresset väckts på orienteringen på skolan, men också genom Hittaut.

Verksamheten har gjorts möjlig av cirka 45 engagerade ledare vid träningar och tävlingar. Förutom dessa är det många föräldrar som hjälpt till på olika sätt, vilket vi så klart är väldigt tacksamma för!

Ungdomskommittén har bestått av sex personer under året. Kommittén har haft elva protokollförda möten.

I februari testade vi ett nytt upplägg och bjöd in till en tackfest för alla ungdomsledare. Kvällen innehöll en träning med klurig lagtävling, god mat och diskussioner om hur vi kan göra vår ungdomsverksamhet ännu bättre. Det blev en väldigt lyckad kväll och det kommer att bli en återkommande aktivitet.

Under våren genomfördes en nybörjarkurs, grön grupp, med 21 tjejer och killar. Många av dem har sedan fortsatt även efter sommaren. Parallellt med nybörjarkursen har vi även i år haft färgindelade grupper efter SOFT:s färgtrappa (svårighetsnivåer): vit, gul, orange och violett färg. De i grön och vit grupp har tränat på tisdagar medan de äldre har tränat både tisdagar och torsdagar under hela året. För de allra yngsta har vi arrangerat Skogslek som också de träffats på tisdagar.

Under året har teknikgruppen styrt upplägget på orienteringsträningarna, med fokus på mer kvalitativa orienteringsspass. Vi har ofta tränat på andra kartor för att ungdomarna ska öva sig i olika typer av terräng. Träningarna har fokuserat på bland annat kurvbild, kontrolltagning, grovkompass och finkompass. Vi har också ordnat en mycket uppskattad nattsprintcup under hösten där hela klubbens medlemmar har varit inbjudna att delta.

Fysgruppen har planerat schemat för konditionsträningen och gjort ett upplägg som lämpar sig beroende på tävlingssäsong eller uppbyggnadsperiod.

Försäsongsläget arrangerades av Söderköping. Som vanligt var det orienteringsträningar varvat med häng med kompisar från de andra östgötska klubbarna. De som var där fick uppleva när inbrottslarmet väckte (nästan) hela skolan mitt i natten.

Årets brutalpass lockade cirka 15 ungdomar och utgick från dämnet i närheten av Rosenkällasjön, med mål vid LOK-gården. Längs sträckan fylldes energidepåerna på för att alla skulle orka hela vägen. Efter målgång och dusch serverades lunch i LOK-gården. Deltagarna kämpade, som alltid, på bra och kan känna sig stolta över sina insatser.

På årets Tiomila i Finspång ställde LOK upp med tre lag i ungdomsstafetten, alla kämpade väl.

I samband med Pekingduon ordnades ett träningsläger för ungdomarna med övernattnings i stugorna på KFUM-gården Brevik. På lördagen genomfördes två träningspass. Ett 20-tal ungdomar deltog.

SOL-skolan lockade i år ett 30-tal deltagare. Som vanligt genomfördes veckan med bravur av våra Unga Ledare. Veckan bjöd på träningar och andra aktiviteter. SOL-skolan är en väldigt uppskattad sommaraktivitet bland våra yngre ungdomar.

Ungdomens Tiomila avgjordes som vanligt första helgen i augusti. En busslast med ungdomar och juniorer åkte till Billingen i Skövde. Vi hade ett lag i HD14 och två lag i HD20, varav ett var ett



kombinationslag med OK Norrvirdarna och OLC Kapreolo. Traditionsenligt är det övernattnings i militärtält som gäller. En uppskattad resa med mycket kompishäng och väldigt lite sömn.

Under hösten arrangerades en tävlingsresa till Daladubbeln. Resan samlade ett 50-tal LOK:are, inklusive medföljande ledare/föräldrar. Vi åkte buss tillsammans med OK Roxen. Som vanligt var det ett välordnat arrangemang i fin dalaterräng. Många fina placeringar och kämpainsatser från alla våra ungdomar, men ett extra stort grattis till Astrid Lindström som tillsammans med Sofia Larsson, OK Roxen, tog hem totalsegern i klassen D12 för andra året i rad.

Eftersäsongsläggret arrangerades i år av IFK Linköping. Ett gäng LOK:are deltog och tränade och hängde med de övriga östgötarna.

Ungdomarnas Höstfest arrangerades även i år på Berzeliusskolan. Det var ett 100-tal deltagare inklusive föräldrar och ledare. Vi valde även i år att starta festen med fika och prisutdelning för årets prestationer. Därefter arrangerades en inomhus-sprint. Inomhussprinten är ett mycket uppskattat inslag, många ungdomar ville springa så många banor som möjligt.

Under året har det tävlats flitigt. Ungdomsledarna har jobbat för att flera av ungdomarna ska komma ut och springa tävlingar. Ett sätt har varit att aktivt informera mycket, peka ut vissa tävlingar som prioriterade och att ledare har funnits med som extra stöd på plats.

Våra ungdomar har gjort många fina insatser och resultat:

I Ungdomsserien deltog ett 70-tal LOK-ungdomar. Många fina resultat och LOK-ungdomar på pallen i alla klasser. Vi hade segrare i många deltävlingar och i totalen vann Elsa Olsén i D10, Eskil Sterner i H12, Simon Åtting i H14 och Felicia Otterborg i D14.

I O-ligan hade LOK tre pallplaceringar; guld till Astrid Lindström i D12, silver till Eskil Sterner i H12 och guld till Simon Åtting i H14.

I totalen på O-ringen blev Astrid Lindström fyra i D12 och Leia Sandberg elva i D10.

Under DM tävlingarna erövrades följande medaljer:

- **Sprint**
Guld: H14 Simon Åtting, D10 Märta Lindström
Silver: D12 Astrid Lindström, D10 Elsa Olsén
Brons: D12 Astrid Sundström, H12 Eskil Sterner, D10 Ellie Elmqvist
- **Medel**
Guld: H14 Simon Åtting, H12 Eskil Sterner, D12 Astrid Lindström, D10 Leia Sandberg
Silver: D12 Astrid Sundström
Brons: D12 Edit Adolfsson, D10 Märta Lindström
- **Natt**
Guld: H14 Simon Åtting, D12 Astrid Lindström
Brons: H12 Edvin Jansson, D12 Astrid Sundström
- **Lång**
Guld: D10 Elsa Olsén
Silver: D12 Astrid Lindström, D10 Leia Sandberg
Brons: D14 Alice Call, H14 Simon Åtting, D10 Märta Lindström
- **Stafett**
Guld: D12 (Leia Sandberg, Lisa Adolfsson, Lova Elmqvist, Astrid Lindström), H12 (Karl Wännström, Folke Sterner, Arvid Lervik, Eskil Sterner)
Silver: H14 (Simon Åtting, Arvid Asplund, Emil Schärlund, Emil Asplund) D12 (Märta



Lindström, Matilda Wännström, Sofie Cederholm, Ellie Elmqvist, Astrid Sundström) H12
(Ludvig Beckius, Vidar Helander, Viktor Schärlund, Leo Magnusson, Edvin Jansson)
Brons: H16 (Leon Johansson, Ludvig Rantzer, Sverker Rönmark, Ivar Kihlberg)

På USM-sprint tog Linköpings OK en topp-10 placering genom Anna Enberg 9:a i D16.

Förutom dessa fina resultat har många andra ungdomar gjort fina lopp under hösten. För den intresserade finns årets resultatbörs att botanisera i.

Kontaktperson för våra Unga ledare har under året varit Annika Rantzer och Maria Sarberg. De unga ledarna arrangerade SOL-skolan, Ungdomsserien och Ekorren Cup.

Sammanfattningsvis har många ungdomar tränat och tävlat för LOK under året vilket har lett till en bra gemenskap, roliga minnen och många fina resultat. Ett stort tack till alla ledare och föräldrar som gör detta möjligt!

Senior- och juniorkommittén

Senior-och juniorkommittén har under året bestått av Hanna Modig Tjärnström, Emma Beskow, Jan Johansson, Jörgen Sköld, Christian Enberg, Emanuel Herberthson och Patrik Nilsson. Tillsammans har vi skött arbetet kring klubbens juniorer och seniorer. Jan och Patrik har haft lite extra koll på juniorerna samt skött de flesta av våra resor. Emanuel och Christian har tagit hand om träningarna och flera träningsdagar har arrangerats. Kommittén har haft möten flera gånger och då på LOK-gården.

Träningar

Utbudet av träningar innehöll tisdagsintervaller, teknikträningar, nattcuper, Östgöträningar samt flera träningsdagar på annat område. Många löpare deltog även i träningar ordnade av LiU Elitidrott där även Christian Enberg finns med som anställd och erbjuder därmed ett bra samarbete kring olika träningar. Under vinterhalvåret har flera träningsdagar på annan plats arrangerats, bland annat i Borensberg, Norrköping, Västervik och Söderköping. Det har även arrangerats flera samlingar för våra senior- och juniorlöpare (Tuff-torsdagar) med medföljande träning och snack efteråt.

Stafetter

Under året har LOK deltagit i flera stafetter och har varit representerade på samtliga deltävlingar av den nystartade stafettligan. I den ingick Måsenstafetten, Stockholm, Tiomila samt SM-stafetten. Årets Tiomila gick i Finspång vilket gjorde att klubben kunde ha många lag på startlinjen. I både herrklassen och damklassen ställde LOK upp med hela fem lag.

Sommarens stafetter bestod av Jukola som i år gick i Mikkeli/Sankt Michel i södra delen av Finland. LOK hade även här flera lag på startlinjen, tre damlag samt tre herrlag. Det bjöds på härlig gemenskap och stabila laginsatser. Den främsta placeringen stod damernas förstalag för genom att komma på plats 69. För herrarna blev det tyvärr inget fullföljande lag. Under sommaren sprang vi också Tjoget. I år hade klubben tre lag på startlinjen. Bäst gick det för lag 1 som slutade på en fjärdeplats följt av övriga lag på platserna 13 och 46.

SM/DM-tävlingar

Under året har ett flertal LOK:are tävlat på SM. Det har arrangerats resor till alla SM-tävlingar och det bjöds på många fina prestationer på tuffa och utslagsgivande banor. Årets första SM var SM i ultralång som gick utanför Oxelösund. Där fick Edvin Åtting till ett fint lopp och slutade på en femte



plats. En månad senare avgjordes natt-SM i Stockholm där LOK hade fyra löpare på startlinjen med en elfte plats i H18 som bästa placering (Edvin Åtting). Vårens SM-tävlingar avrundades med att Karlstad stod värd för SM-medel där Corina Hüni lyckades bäst med en 15:e plats i A-finalen för D21. Dagen efter gick stafett-SM av stapeln och LOK hade flera deltagande lag men där det tyvärr inte räckte till några topplaceringar.

Hösten drog i gång och med det också ett sprint-SM i Växjö. På den individuella sprinten lyckades Corina Hüni (D21) och Edvin Åtting (H18) bäst med en elfte respektive en sjunde plats. Nytt för i år var att det var SM i knock-out sprint och bäst lyckades Edvin Åtting, vars resa tog slut i semifinalen. Sista SM för året var SM i långdistans som avgjordes i Örebrotrakten. Den mest framskjutna placeringen var Edvins 12:e plats i H18.

Under året har LOK:s löpare även deltagit på de olika DM-tävlingar som arrangerats i länet med många framstående placeringar.

Motionskommittén

Under året har motionskommittén ansvarat för arrangemangen: Veckans bana, Sunes bana och Marscup. Kommittén har bestått av fem personer. Kommittén har haft god hjälp av andra klubbmedlemmar med banläggning och med att dra runt större evenemang såsom Intensivkurs för vuxna, Skolorientering och Militärorientering.

Veckans bana

Under året har motionskommittén tillsammans med IFK Linköping anordnat veckans bana. Detta år har LOK haft ansvaret på våren. Anders Berg har haft huvudansvaret och banläggningen har fördelats ut bland klubbens medlemmar. Arrangemanget har varit mycket uppskattat.

Sunes bana

Sunes bana arrangerades av kommittén med utgångspunkt att hitta banläggare som hjälper till och ansvarar för varsin vecka. Detta har varit framgångsrikt och det har varit relativt lätt att hitta intresserade banläggare till Sunes bana. Ansvarig under våren var Lena Strömbäck och under hösten Rickard Borg.

Marscup

Marscupen arrangerades detta år vid Styvinge bergtäkt. Som tidigare år har motionskommittén i LOK också haft en något koordinerande roll gentemot de andra klubbarna.

Nattcup

Detta år arrangerades TMÖ i stället för Nattcup vilket gjort att motionskommittén inte varit inblandad.

Intensivkurs för vuxna

Intensivkurs i orientering anordnades den 23-25 maj med 20 deltagare. Några av dessa personer har börjat orientera i motionsgruppen på tisdagar. Kursen är populär, vi hade intresseanmälningar för att nästan fylla en kurs redan när den planerades och vi har redan nu ett stort antal intresseanmälningar för nästa kursomgång. Ny kurs planeras våren 2026.



Skinkloppet

Skinkloppet arrangerades den 14 december av förra årets vinnare: Per Magnusson, Henrik Wännström och Leif Lindgren. Sammanlagt 78 startande på de tre olika banorna var på jakt efter de åtråvärda priserna och äran.

Teknikträning tisdagar

Under vår och höst arrangerades teknikträningar för vuxna på tisdagarna. Ansvaret för träningarna fördelas mellan deltagarna och arrangemanget är uppskattat av motionärer, föräldrar och nybörjare.

Skolorientering

Måndagsgänget har under året genomfört 8 skolarrangemang för totalt cirka 1 500 elever.

Militärorientering

Måndagsgänget har stöttat Försvarsmakten, Malmen, vid en del i FMM Patrull med en OL-bana i Hellgrenshagen under 2 dagar. Under hösten genomfördes Malmen-mästerskap från LOK-gården och det har funnits en tvåveckorsbana i Slaka.

Tävlingskommittén

I stora drag ansvarar tävlingskommittén (TK) för att: upprätta och lägga ut LOK:s tävlingsprogram på hemsidan, att utse tävlingsvärdar, att ordna eller koordinera vissa klubbresor, att upprätta en resultatbörs samt att administrera tävlingsavgifterna. Formellt sorterar också viss UK-verksamhet under TK. Årets första uppgift var sålunda att ta fram ett tävlingsprogram och publicera det i kalendern på hemsidan. Under året har också tävlingsvärdar utsetts löpande.

Årets klubbresa var av lite nytt slag. I år provade klubben att ha en klubbresa på lite närmare håll än vanligt och med endast en övernattningsnatt. Det visade sig också vara ett utmärkt alternativ. 5-6 april åkte närmare 50 LOK:are till Tibro/Karlsborg för två tävlingar där.

Tiomila gick på arena Grosvad i Finspång, där såväl O-ringenetapper som Tiomila självt har haft sin arena tidigare. Nära och bekvämt även om resepasset (som SJ-kommittén åtog sig) är en liten utmaning.

Linköpings OK deltog med fyra ungdomslag (placeringarna: 87, 145, 226, -), fem damlag (placeringarna 47, 87, 185, 198, 242) och fem herrlag (placeringarna 67, 100, 190, 266, 269).

Tjoget är en etablerad tradition och vi upprepade förra årets upplägg med storbuss, två stora tält och en korvkokande ordförande Pelle, ivrigt supportad av sambo Mimmi. Återigen en trevlig helg, där vi i år mönstrade tre lag. LOK gjorde också i år en fin insats, och lagen fick placeringarna 4, 13 och 46.

25-manna gick i år norr om Stockholm, närmare bestämt vid Runby i Upplands Väsby. LOK ställde tre lag på startlinjen. Upplägget var det sedvanliga med dubbeldäckare för de flesta samt förtrupperna på sträcka 1 och 2 med separat resa. I år var 360 lag anmälda, varav 358 startade. Av dessa blev 289 lag godkända (69 lag blev alltså inte godkända). Lyckligtvis hade alla tre LOK-lagen sina stämplat med sig. Placeringarna blev 25, 59 och 230. Inte illa! Som vanligt en lång men trevlig dag.



Även om man anmäler sig själv i Eventor till individuella tävlingar, har anmälarerna under året ett ständigt arbete att hålla koll på hur klubbens medlemmar tävlar. Efter ett omfattande arbete avrundades året som vanligt med att medlemmarna ombads betala sina tävlingsavgifter baserat på sitt deltagande och klubbens regler.

OL-arrangemangskommittén

Klubbmästerskap

Under 2025 arrangerade vi fyra klubbmästerskap i orientering.

- Torsdagen den 10 april hölls natt-KM i Ryd/Vallaskogen med cirka 40 deltagare
- Onsdagen den 4 juni arrangerades sprint-KM vid friidrottsarenan på Campus Valla där cirka 100 personer deltog
- Söndagen den 3 augusti hölls lång-KM i Halseboda med cirka 70 deltagare
- Torsdagen den 14 augusti arrangerades medel-KM i Ullstämna där cirka 130 personer deltog

Ekorren Cup

Ekorren Cup arrangerades lördagen den 20 september med arena vid Ryds motionscentrum. Banorna gick i Rydsskogens södra delar på den nyritade Vidingsjökartan. Tävlingsledare var Frida Söderqvist och Linus Söderberg medan banläggare var Edvin Åtting och Love Otterström. Tävlingskontrollant och stöttning till ungdomarna var Thomas Stenström. Totalt startade 24 lag med mellan fem och nio deltagare i varje lag.

Tävlingen blev ett tydligt bevis på LOK:s fina ungdomsarbete under året. De fyra första platserna belades av LOK lag. Totalt ställde LOK upp med sex fulla och på papperet jämna lag.

SL-tävlingarna 2025

En vacker vårdag den 1 maj 2025 avgjordes Swedish League i Bankekindsskogarna med Nybygget som arena. Intresset var stort och hela 1 239 elitlöpare kom till start tillsammans med 1 092 deltagare i publiktävlingen.

Dagen därpå arrangerade vi dessutom Linköping Indoor, där deltagarna bjöds på utmanande och uppskattade banor i Berzeliuskolans lokaler.

Tillsammans genererade de båda arrangemangen (inklusive sponsorer) cirka 370 000 kronor i överskott, ett mycket starkt resultat för föreningen. Det är glädjande att se vad vi kan åstadkomma när vi gemensamt planerar och genomför arrangemang av hög kvalitet.

Ett varmt och stort tack till alla funktionärer och ideella krafter som gjorde detta möjligt!

Ungdomsserien

LOK arrangerade den 24 april årets första deltävling i 2025 års ungdomsserie med arena vid Viggeby badplats.

Banorna gick i Viggeby naturreservat på "Hitta ut-kartan" och var lagda av Frida Söderqvist och Hannah Åkerblom. Tävlingsledare var Hugo Rantzer och Stina Berggren. Totalt startade 141 löpare.



MTBO-kommittén

MTBO-kommittén har under året 2025 genomfört MTBO-träningar varannan vecka under våren. Under hösten arrangerades en MTBO-deltävling i Östgötacupen. Denna cup hade sex deltävlingar och ersatte klubb-träningar under hösten. Vi har också haft månadens MTBO-bana som man har haft möjlighet att cykla valfri tid med hjälp av appen OsynligO.

Klubben har representerats på svenska och utländska tävlingar under 2025, med fina resultat.

Projektgrupper

Blodomloppet

Ansvariga för Blodomloppet 2025 var: Anna Johansson, Frida Karlsson och Linnea Borg.

Under våren 2025 har ansvariga deltagit i möten för arrangörerna med Akele som sammankallande. Mötena inkluderade uppdragets upplägg, målbild och risker samt genomgång av arrangörernas olika ansvarsområden. Tidsåtgång ca 1-2h per möte. Blodomloppsansvariga för LOK har haft egna regelbundna avstämningar, inklusive ett möte för huvudfunktionärer på LOK-gården.

De huvudsakliga uppgifterna för de ansvariga har varit att: skapa anmälningsformulär för funktionärer, dela upp funktionärer i olika grupper efter ansvarsområden, göra mailutskick samt inlägg för att göra reklam för evenemanget och att beräkna behovet av antal funktionärer per ansvarsområde.

Blodomloppet genomfördes den 22 maj 2025. LOK ansvarade för byggnation av start, mål, cykelparkeringar, tältresning, frukt, flaggvakter samt rivning vid tävlingens slut. Vi bidrog med eget material för tältresning, bord till frukten samt transporter.

Blodomloppet genomfördes som planerat och LOK fullföljde klubbens åtaganden.

Det kan noteras att detta år fanns större behov av funktionärer på grund av en samtidig konsert på Saab arena. Beräknad åtgång cirka 90 personer jämfört med 80 personer 2024. Flertalet funktionärer hade dessutom flera samtidiga uppgifter.

Linköping XC-race

XC-race arrangerades för 16:e gången den fjärde oktober. Tävlingsdagen bjöd på blåsig väder och lite regn. Årets bana bjöd i vanlig ordning på både lerhål och rejälare stigning i form av Vidingsjötoppen, men verkade upplevas precis lagom hos löparna. Segrade gjorde Erik Linnér, IFK Umeå, och Amanda Nordkvist, I21 IF, i herr- respektive damklassen.

Likt förra året var upploppet skapat med banderoller från vår sponsor Umara som även gav rabatter på både sportdryck och priser till löparna på pallplats. Vidare satsades det återigen extra på att göra reklam för arrangemanget i och runt Linköping med hjälp av plywoodskyltar och affischer samt reklam i sociala medier. Som pris lottades keramik från Fossala Keramik ut bland alla startande.

Tävlingsledning: Gunnar Engström, Jonathan Jylltorp, Emanuel Herberthson och Johan Årbrink.

Tabellen nedan visar antalet anmälda och startande de senaste åren. Värt att notera att det varje år är mycket svårt att undvika krock med något av alla de andra löplopp som arrangeras i Östergötland. Detta kan vara en anledning till sviktande deltagande.

XC-race	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Anmälda	239		92	111	174	162	148
Startande	224		89	95	157	150	132



Östgötaleden

LOK ansvarar för tillsyn och skötsel av några delsträckor på Östgötaleden inom Linköpings kommun. Åtagandet gäller sträckorna:

- Del L1: Södra Viggen – Svensbo – Humlebäck. Sträckan gränsar vid Södra Viggen till Kinda kommun
- Del L5: Ekäng – Vidingsjö Motionscentrum – Fröberget
- Del L5: Gamla Linköping – Karlbergsplan/Djurgården
- Del L5: Karlbergsplan/Djurgården - Naturcentrum/Trädgårdsföreningen
- Rundslingorna Ekängsdalen, tillkom under våren

Total skötselsträcka är 21 kilometer.

Efter förfrågan från Linköpings kommun, på våren 2025, tog LOK beslutet att lägga till Rundslingorna i Ekängsdalen i befintligt skötselavtal. Efter beslut i LOK:s styrelse och efter överenskommelse med Linköpings kommun bestämdes att vi från och med 2026-01-01 avsäger oss skötseln på sträckan Del L1 (se ovan).

Total skötselsträcka efter revidering är 13 kilometer från och med 2026-01-01.

Uppdraget består av skötsel och tillsyn av delsträckorna så att dessa befinner sig i gott skick under vandringsäsongen från maj till oktober. Arbetet omfattar borttagning av grenar och sly, förbättra färgmarkeringar, laga och/eller sätta nya stolpar/ledmarkeringar samt att röja vass och gräs. Nedfallna mindre träd och buskar har inte varit grövre än att dessa kunnat röjas undan för hand så att leden varit framkomlig.

Det tillkom också extra arbeten, förutom avtalet, på sammanlagt 9,5 timmar. Dessa omfattade reparation och uppsättning av vägvisningsskyltar, reparation av spången över kärret (naturreservatet) i Svensbo och avståndsmätning för nya vägvisare mellan Ekäng och Fröberget inom delsträcka L5.

Skriftlig rapport över vårt arbete har lämnats enligt avtal vid två tillfällen, vår och höst, till ansvarig kommunekolog vid Linköpings kommun. Dessa rapporter finns sparade på LOK:s hemsida i arbetsrummet Östgötaleden. Vi har deltagit i höstmötet för sköselföreningarna som Linköpings kommun kallat till. Mötet genomfördes på LOK-gården.

Avtalsenlig ersättning för tillsyn och skötsel samt ersättning relaterad till höstmötet för sköselföreningarna har fakturerats till Linköpings kommun.

Under hösten upprättades ett nytt Uppdragsavtal/Skötselavtal avseende Östgötaleden mellan LOK och Linköpings kommun, Miljö- och samhällsbyggnadsförvaltningen. Det nya avtalet gäller från och med 2026-01-01.

Hittaut i Linköping

Årets Hittaut arrangerades mellan 5 april och 2 november. Antal registrerade deltagare var 4 883 och antalet registrerade checkpoints 256 415. Det var 334 deltagare som tog alla checkpoints. Årets säsong hade glädjande nog fler deltagare än de tre senaste säsongerna. Enbart säsongen 2020 och 2021 har haft högre deltagarantal.

Hittaut i Linköping arrangerades i år för sjätte året. Totalt var 212 checkpoints utplacerade över flera olika områden i Linköping. Nya områden för året var Motala ströms ravin naturreservat i Ljungsbro, Södra Hult norr om Roxen och Harvestad i södra delen av Linköping.



Den digitala kartan har varit tillgänglig i appen Hittaut och på hemsidan www.hittaut.nu/linkoping. Kartorna har även varit tillgängliga på hemsidan för utskrift. Papperskartor har även funnits att hämta på ett antal utlämningsställen runt om i stan och i de områden där Hittaut arrangerats.

Utlottning av priser, skänkta av projektets samarbetspartners, har skett bland alla deltagare vid fyra tillfällen. Dessutom lottades två priser ut bland alla deltagare som tagit alla eller nästan alla checkpoints vid säsongens slut.

För att genomföra Hittaut-projektet så har vi ett antal samarbetspartners, där Linköpings kommun är den största. Dessutom har ett antal privata företag stöttat projektet och/eller deltagit i friskvårds-utmaningen.

Hittaut arrangeras av Linköpings OK tillsammans med Stjärnorps SK och OK Roxen.

LOK-gårdskommittén

LOK-gårdskommittén har under det gångna året ansvarat för skötsel och drift av LOK-gården och dess materiel, såväl inom- som utomhus. De daglediga medlemmarna i kommittén har samlats på måndagar för att sköta renovering, upprustning, underhåll och skötsel av anläggningen. Kommittén har även haft god hjälp av medlemmar utanför kommittén som värnar om LOK-gårdens skötsel, och fått benämningen "Måndagsgänget", vilket vi tackar för.

Den normala skötseln består av att i första hand hålla området, husen och materiel i ett gott skick. Invändigt skurar vi omklädningsrum och bastu varje månad. Detta behövs trots att värdarna svabbar varje vecka. Dessutom tvättar vi fönster, byter gardiner och dukar, pyntar efter årstid, iordningställer inventarier efter uthyrningar med mera. Snöskottning har skett fyra gånger, vilket vi klarat med hjälp av fyrhjulingen. För driften har utgifterna för el, vatten, avfall och fjärrvärme ökat jämfört med 2024.

Därutöver har bland annat följande arbete gjorts:

Regelbundna arbeten

- Pyntat inomhus, tvättat och bytt gardiner, dukar med mera
- Inköp av kaffe, saft, toapapper, pappershanddukar, rengöringsmaterial etc
- Iordningställt kök och möblemang efter uthyrningar
- Gräsklippning, lövräfsning, slyrensning och snöplogning
- Skurat omklädningsrummen och stora salen vid flera tillfällen
- Genomfört underhåll på inventarier, maskinparken och LOK-milen
- Årlig inventering av LOK-gårdens inventarier
- Ansvarat för uthyrning av våra släpkärror och uthyrning av LOK-gården
- Ansvarat för uthyrningen av LOK-gården som skett till medlemmar, föreningar, företag och privatpersoner

Enskilda arbeten

- Tagit ner några dåliga träd i på tomten
- Underhållsarbeten på LOK-milen
- Köpt in två tält 6x8



- Köpt in fem fällbara plastbord
- Renoverat ett rastbord
- Utökat platser vid ståbordet till serveringen
- Gjort vindskydd och tak till Haki-ställningen (speaker)
- Renoverat skyltarna till Centrumpålen
- Märkt upp i tältförråd var de olika täkten förvaras
- Satt upp avbärningar på väggen i hallen för skydd från stolar
- Stöttat arrangemang, Blodomloppet och Swedish League, med transporter, byggande, rivning, hemtransport samt återställande av materielen
- Stöttat Tiomila, Jukola samt XC-race genom att lägga upp materielbehovet i garaget där de även lägger tillbaka materiel så vi kan omhänderta den

LOK-gårdsvårdar

En värddlista har upprättats, där medlemmar enligt ett rullande veckoschema sköter servering och städning av LOK-gården. Nya medlemmar har tillkommit på listan. Förhoppningen är att varje aktiv medlem samt förälder till tränande barn ska vilja vara LOK-gårdsvård under kommande år. Anmälan om deltagande har skett digitalt.

LOK-milen

Tillsynsrundor på spåret har gjorts. Märkningen av LOK-milen har underhållits och alla trästolpar är utbytta till aluminiumrör. Röjning av gräs och sly har utförts. Kommunen stödjer oss med röjning av nedfallna träd. Rutinen för detta har utvecklats.

Klädkommittén

Klubbens medlemmar har under 2025 getts möjlighet att beställa tävlings- och träningskläder via Trimtex web-shop vid två tillfällen.

Klädförsäljningen från klädsåpet i LOK-gården har varit tillgänglig de flesta tisdagarna under hela året och vid förfrågan. Försäljningen från klädförrådet under 2025 uppgick till dryga 25 000 kronor. Ett antal tävlingströjor och overallsjackor har delats ut, och finansierats av klädkommittén, till nya seniormedlemmar efter godkännande från senior- och juniorkommittén.

Under hösten tog vi fram en design på cykeltröjor som sju personer köpte. Vi hoppas att vi kan få in fler beställningar under våren och köpa in dessa igen.

Vi har gjort fem beställningar till Ullmax under året. Två på våren och tre under hösten och vintern. Vinsten från försäljningarna är cirka 10 000 kronor. Utgångna varor från provkollektionen har reats ut på LOK-gården men detta har tyvärr inte gett några inkomster för 2025. Inga nya varor har köpts in till provkollektionen i LOK-gården under 2025.



Informationskommittén

Informationskommittén har under 2025 fortsatt publicera På Spåret-artiklar på hemsidan med berättelser från tävlingsresor och andra LOK-äventyr. Vi vill tacka alla som bidragit med artiklar.

Informationskommittén har också arbetat med att uppdatera LOK:s Instagramkonto med inlägg från verksamheten. En serie inlägg där alla kommittéer och arbetsgrupper har fått presentera sig och sitt arbete har publicerats. Dessutom har nya seniorlöpare presenterats med intervjuer, både på hemsidan och Instagram. Arbetet med klippboken och medlemsregistret lyder också under informationskommittén och har löpt på utan problem.

Radiopejlkommittén

Årets tävlingshöjdpunkt inom radiopejl var VM som avgjordes i Litauen och där sex av de 15 svenska deltagarna var LOK:are. Fem medaljer kammades hem individuellt och i lag. På foxoringtävlingen blev det dubbelt LOK på pallen i M50 med Per Magnusson högst upp och Christian Enberg på bronsplats. I sprint tog Per hem ett silver medan det i lagtävlingarna i M50 144 MHz blev ett silver och i M50 3,5 MHz ett brons. I lagen ingick också Håkan Melin från Stockholms rävjägare.

Nordiska mästerskapen gick i Hillerød i Danmark och även där var LOK välrepresenterade. På medaljsidan kan nämnas att Joakim Tosteberg tog hem totalsegern i 3,5 MHz, Christian Enberg gjorde detsamma på sprinten och Henrik Eklund fick med sig ett totalbrons från 144 MHz. I åldersklasserna blev det också ett flertal medaljer med bland annat idel LOK:are på pallen i M21 i alla tre disciplinerna; sprint, 3,5 MHz och 144 MHz.

Även på SM-fronten blev det en hel del LOK-medaljer. På SM i 144 MHz vann Oskar Svahn totalsegern med Simon Svahn på bronsplats medan Monika Edstam tog hem segern på damsidan. I lagtävlingen var det LOK:are i alla tre topplagen. I år fanns det ett specialpris i form av en 2-m pejlmottagare (en "Olle-sax") som vi alltså vann och som nu finns för utlåning i LOK-gården.

Totalsegern i SM i 3,5 MHz togs hem av Mattias Eriksson med Christian på bronsplats. Monika vann även här på damsidan. Både guld och silver i lagtävlingen togs hem av LOK-lag.

Nytt för i år var att det för första gången arrangerades officiella SM i sprint och foxoring. I sprint var Liza Myroshnychenko snabbast med Monika på andra plats på damsidan. I totalen tog Oskar hem silvret med Henrik på bronsplats.

På foxoringen var platserna omkastade på damsidan med Monika före Liza. Även på herrsidan var det LOK-dominans genom att hela prispallen befolkades av LOK:are med Henrik före Christian och Per.

På arrangemangsfronten stod vi för en dubbeltävling (N3) i maj i Rimforsa där lördagstävlingen även utgjorde SM i 144 MHz. Under året har vi hållit ett prova-på-tillfälle och sex andra träningar. Vi har även arrangerat två föreläsningar om radiopejling med tillhörande prova-på-aktivitet för deltagare i kursen i "Elektronisk säkerhet" som FOI håller för personer från olika myndigheter. Det har varit uppskattat från kursdeltagarna (och FOI) och har gett en hygglig intäkt till klubben.

Henrik och Oskar driver och utvecklar pejla.se som är den centrala webbsidan för radiopejl i Sverige. Under året har de supportat arrangörer med att lägga upp information och resultat. De har även bestämt sig för en lösning kring backend för en moderniserad webbplats och påbörjat arbetet med den.



Datakommittén

Den stora händelsen för kommitténs del under året var såklart Swedish League-tävlingen den 1:a maj. Alla i kommittén och flera personer utanför var involverade i de tekniska delarna av sekretariatet och kringliggande funktioner såsom OLA, onlinekontroller med redundans, dubbla internetanslutningar och publik-WiFi. Det hela fungerade mycket bra och tävlingen blev på alla sätt lyckad. Inför tävlingen utvecklades ett par ”samlingsboxar” som möjliggör trådbunden onlinerapportering från t.ex. en förvarningskontroll. Dessa finns nu i LOK:s ägo och ersätter de äldre samlingsboxarna som inte klarade det moderna kommunikationsprotokollet som Sportident-enheter numera använder.

En medlem har under året skänkt en stationär dator som ersatt en äldre maskin i kontoret och nu används för bl.a. tidtagning på Sunes bana.

A3-färgskrivaren har fungerat bra. För att undvika driftstopp gäller liksom tidigare att användare av skrivaren ska rapportera till datakom@lok.se när någon färg börjar ta slut eller någon kassett bytts ut så att nya kan köpas in i tid.

Några SI-enheter har reparerats, andra har fått nya batterier och en del kompletterande SI-utrustning har köpts in.

Hemsidan

Under 2025 har aktiviteten på www.lok.se legat på liknande nivå som under 2024. Antalet kalenderaktiviteter är rekordstort och antalet aktiva konton slår återigen rekord. Den stora ökningen av antalet besök enligt awstats beror knappast på att fler människor besöker sidan i den här omfattningen, utan lär vara någon form av robotar som samlar på sig data.

Många medlemmar bidrar med innehåll till hemsidan i form av nyheter, aktiviteter i programmen, resultat från träningar, protokoll, foruminlägg och diverse annan information.

Här är sedvanlig statistik över aktiviteten på webbsidan, med siffror för 2024 - 2015 inom parentes:

- Antal sidvisningar enligt awstats (ej sökmotorer): 1 504 998 (930 692, 737 926, 682 169, 797 977, 731 015, 897 581, 820 000, 1 151 646, 2 054 857, 1 199 201)
- Antal besök enligt awstats (ej sökmotorer): 649 268 (234 733, 171 516, 158 818, 145 201, 139 138, 155 935, 159 814, 176 246, 233 755, 205 120)
- Antal nytilkomna användarkonton under året: 81 (100, 69, 96, 57, 50, 107, 81, 74, 21, 52)
- Antal aktiva användarkonton: 631 (578, 545, 532, 498, 479, 461, 426, 370, 422, 401)
- Antal nya sidor under året: 51 (42, 66, 23, 13, 29, 30, 34, 50, 39, 51)
- Antal foruminlägg under året: 311 (254, 207, 194, 219, 254, 222, 227, 251, 316, 462)
- Antal nyheter under året: 132 (132, 148, 178, 113, 145, 152, 192, 203, 192, 218)
- Antal aktiviteter i kalendern: 867 (776, 808, 795, 762, 823, 754, 717, 696, 652, 651)

Under året ändrade webbhotellet policy för e-postutskick och tillåter nu enbart 100 skickade mejl per timme från lok.se. Överskjutande mejlutskick slängs utan varning. E-postlistan som går till alla medlemmar innehåller många hundra adresser, vilket gör att vi inte längre kan nå ut till alla på denna lista. Liknande problem blir det med mindre listor om flera utskick till olika listor råkar göras inom samma timme så att vi kommer upp till gränsen på 100 mejl. Det hela är väldigt trist, men vi jobbar på en lösning som förhoppningsvis kan lanseras i början av 2026.



Veckans bild har som vanligt (sedan 2002) kommit ut varje vecka. Tack till alla som bidragit med bilder. Fotograferande medlemmar får gärna skicka förslag på veckans bild till webmaster@lok.se.

Hemsidan ligger kvar på samma webshotell, wopsa.se, som vi använt sedan juni 2004.

Veteranverksamheten

Det har varit Bertil Eriksson som har varit ansvarig och Weimar Sandell som skött kassan. Det har varit 38 träffar med 339 deltagartillfällen. Träffarna sker i LOK-gården och sedan starten har det varit 1 593 träffar med 47 685 deltagartillfällen. Varje träff börjar med en liten promenad. Efter gemensamt kaffe har det varit någon aktivitet. Deltagarantalet har minskat och önskemålet är att fler skulle komma.

Veteranernas tävlingsverksamhet

I år har distriktet genomfört 17 Vet-OL arrangemang. Det har varit 15-20 LOK-medlemmar som regelbundet deltagit på dessa. LOK har under året arrangerat två tävlingar. I mars genomfördes ett arrangemang vid Södra Hult med 72 deltagare. Som avslutning på säsongen i oktober genomfördes ett arrangemang från LOK-gården med 71 deltagare.

Annan tävlingsverksamhet

Flera LOK:are har under året deltagit i orienteringsverksamhet som ännu inte organiserats i någon kommitté.

Precisionsorientering

2025 var det måttligt deltagande för LOK:are på tävlingar i precisionsorientering.

Enda tävlingsinsatsen på en större tävling var Christian Enberg som vid O-ringen i Jönköping ledde elitklassen efter tre etapper men sedan föll ner till en femteplats i totalen.

Desto större har deltagandet varit i de digitala tävlingar som ordnats där LOK varit bästa svenska klubb flera gånger.

OL-skytte

VM avgjordes i Finland den 22-24 augusti. Fem LOK:are stod på startlinjen, Sigrid Ljunggren samt Roger, Ulrika, Tova och Ivar Kihlberg.

VM inleddes med sprint på fredagen och i D20 gick guld till Tova Kihlberg och silver till Sigrid Ljunggren. I D55 blev det silver för Ulrika Kihlberg.

På lördagen var det sedan dags för klassisk distans och när löptiden och tidstilläggen från punktorienteringen och skyttet lagts till stod Sigrid Ljunggren som segrare och guldmedaljör i D20. Tova Kihlberg knep bronset i D20 och i D55 blev det ett nytt silver till Ulrika Kihlberg.

VM avslutades med stafett på söndagen och där gick guld till Sverige. I laget ingick Ulrika Kihlberg och Desiré Rex från Göteborg-Majorna.

Förutom VM så har LOK varit representerat på samtliga SM som avgjorts 2025. I klassisk distans i slutet av maj i Göteborg blev det guld till Tova och Roger Kihlberg i D20 respektive H55, Ulrika knep



silvret i D55. I september var det dags för stafett-SM i Storvreta i Uppland och familjen Kihlberg åkte dit och ställde ett lag på startlinjen i D21 respektive H21. I D21-laget sprang Tova och Ulrika och i H21-laget sprang Ivar och Roger.

Säsongen avslutades med en helg utanför Nyköping med klassisk distans på lördagen och sprint (SM) på söndagen. Extra roligt var att vi var många LOK:are på plats, sju på lördagen och nio på söndagen.

Vid söndagens SM-tävlingar i sprint vann Bertil och Mia Eronn H55 respektive D45, Ulrika Kihlberg D55 och Ivar Kihlberg H16. Åke Ljunggren fick ett silver i H50 och Sigrid och Olof Ljunggren tog brons i D20 respektive H21.

När deltävlingarna i Svenska Cupen räknats samman stod Tova Kihlberg som segrare i D20.

Skid-OL

Riksläger vinter genomfördes i Orsa Grönklitt 15-17 januari och där deltog Ivar Kihlberg.

Linköpings OK fanns även representerade på SkidO-träffen i Mora den 18-19 januari samt på publiktävlingen som hölls i samband med SM den första februari.

Utmärkelser

Följande utmärkelser delades ut 2025:

- Håkan Svenssons vandringspris för årets största enskilda tävlingsprestation gick till Edvin Åtting för sina två delsegrar i Swedish League i klassen H18.
- Lennart Hanssons vandringspris gick till Edvin Åtting som hade bäst resultat i poängligan i klassen HD 18-20.
- Årets Ungdomspris utdelas till den ungdom i HD15-16 som nått betydande framgångar under året. Priset gick till Anna Enberg för att: Med stor målmedvetenhet och träningsvilja visat vad hårt arbete leder till. Hennes fina prestation på USM 2025, där hon tog en niondeplats i sin klass, visar på både talang och kämpaglöd på hög nationell nivå.
- Årets Ungdomsinsats tilldelas den ungdom upp till 16 år som nått en betydande framgång under året. Det kan exempelvis vara en framskjuten placering på O-ringen, utländsk tävling eller något annat som kan ses som en prestation. 2025 gick priset till Astrid Lindström för en imponerande fjärdeplats totalt i D12 på O-Ringen 2025, seger i O-ligan och seger i Dala-dubbeln (för andra året i rad). En säsong fylld av glädje, driv och starka resultat som imponerar.
- Staven delas ut till årets ”meste orienterare” med högst totalpoäng i LOK:s poängliga. Priset gick till Annika Ivarsson.



- LOK-älgen tilldelas den ungdom som på ett positivt sätt deltagit i klubbens tävlingar och aktiviteter, visat träningsflit samt varit en god kamrat. 2025 gick LOK-älgen till Clara Knuthammar för sitt positiva engagemang, sin glädje och förmåga att inkludera alla i gemenskapen. Clara sprider trivsel i ungdomsgruppen, inte minst genom att samla gänget till det uppskattade luciatåget och den mycket omtyckta Halloweenträningen.

Externa uppdrag

Under 2025 har flera LOK:are haft uppdrag i Östergötlands orienteringsförbund, ÖOF:

- Per Magnusson, styrelseledamot och ansvarig för ÖOF:s hemsida och SI-utrustning
- Julia Modig Tjärnström, kassör
- Gitte Engström, ansvarig för DM-medaljer inom ÖOF:s arrangemangskommitté
- Bertil Eronn, MTBO-ansvarig inom ÖOF:s arrangemangskommitté
- Johan Åtting, ÖOF:s ungdoms- och juniorkommitté
- Christian Enberg, rankingansvarig i ÖOF och ansvarig för Projekt Östgötaträningar
- Johan Persson, kartansvarig i ÖOF
- Erik Sköld, medansvarig för ÖOF:s hemsida

Under 2025 har två LOK:are haft uppdrag på nationell nivå:

- Mia Eronn, förbundskapten för MTBO-landslaget
- Hanna Modig Tjärnström, ledamot i SOFT:s valberedning

Slutord från ordförande

Oj, nu har det gått ett år till. Det känns som väldigt nyligen jag skrev förra slutordet. Vi har gjort väldigt mycket lika som 2024, jag skriver om det jag minns bäst från året.

På arrangemangssidan blev det mer än ett normalår när vi ordnade en fin tävlingshelg 1 maj med Indoor och Swedish League. Stor arbetsinsats, bra banläggning, bra inkomst och vackert väder. Utöver det så har vi haft ett extra uppdrag åt Försvarsmakten där vi hjälpt dem med mästerskap i patrulltävling. Många skolorienteringar har genomförts, fyra välordnade KM har vi haft. Unga ledare gör som vanligt ett utmärkt jobb med sina arrangemang.

På tävlingsbanan är vi aktiva som vanligt, många starter gör vi. Vi är ofta mer än 130 startande på en östgötatävling. Hur många klubbar har 130 personer på ett KM? Själv har jag fått vara med och sola mig i glansen av de tävlande på Tiomila, Jukola, Tjoget, Ungdomens Tiomila och 25-manna. Härliga upplevelser och gammelmakropen får träna på att ”dygna”. En fin klubbresa till Tibro gjorde vi också. Resultatmässigt tänker jag främst på Edvin Åttings fyra placeringar topp 12 på SM.



Tack alla ni som bidrar till det viktiga arbetet för orienteringssporten och klubben. Utan det blir det inget spring i skogen och våra avgifter skulle behöva vara mycket högre. När ni läser det här så är inte vårsäsongen långt borta.

Väl mött i skogen och på LOK-gården.

Pelle Johansson, ordförande i Linköpings OK

Linköping, 2026-02-24

Pelle Johansson

Tina Lindgren

Jörgen Sköld

Joakim Tosteberg

Hanna Modig Tjärnström

Kristina Ljunggren

Mats Adolfsson