



# INBILIK

Dec  
2009

## MEDLEMSINFORMATION FÖR FORSERUMS SOK AV ROHNNY ANDERSSON

### FORSERUMS SOK:S ÅRSMÖTE

Härmed **KALLAS** alla Forserums SOK:s medlemmar till ordinarie årsmöte onsdagen den 13 januari år 2010 kl. 19.00 i Lillsjöstugan. På mötet kommer att behandlas frågor enligt bifogade förslag till dagordning.

Klubbens vandringspris för segern i poängtävlingen i orientering, ungdomspriser samt erövrade tävlingsmärken kommer att utdelas.

Valberedningen önskar som vanligt er hjälp inför årsmötet. De som i dag arbetar i styrelse, sektioner och kommittéer och som inte önskar stå till förfogande för omval ombes kontakta valberedningen. Denna består av May-Sofie Olsson, Ann-Marie Birgersson och Annika Lundberg. Senast den 20 december önskar de detta besked i så fall. Vi behöver dock er alla som redan har en förtroendeplats och fler ledare därtill!

Vi önskar som vanligt ett välbesökt årsmöte. Detta är inte bara ett tillfälle för val och utmärkelser. Genom att delta på mötet så visar du ditt intresse för vår verksamhet och kan dessutom framföra dina personliga åsikter och frågor. Kom gärna med frågor och förslag om hur vi ska lösa vår uppgift på ett bra sätt.

VÄLKOMNA !

Styrelsen för Forserums SOK

### Poängtävlingen i OL avgjord

OL-året är slut och årets poängtävling kan summeras. Som ni kan läsa i vår verksamhetsberättelse så blev det ett avvikande år med få nära tävlingar och därmed få tävlingsstarter i stora tävlingar. Det märks i poängtävlingen därr ett antal aktiva från förra året inte deltog i en enda tävling detta år och endast åtta aktiva fick ihop fem deltävlingar att summera till ett resultat för året. Ställningen var mycket jämn i toppen i slutet av september med bara en poängs skillnad mellan de tre bästa. När slutsegraren Alf Olsson gjorde årets bästa prestation i Torpa i början av oktober och ökade på sin slutpoäng rejält så hade konkurrenterna åkt till Australien för veteran-VM så det blev ingen kamp till slut. Därmed blev resultatlistan enligt följande:

1	Alf Olsson	387 p
2	Stellan Ahnström	361 p
3	Ann-Marie Birgersson	361 p
4	Mats Birgersson	253 p
5	May-Sofie Olsson	210 p
6	Emelia Karlsson	173 p
7	Dennis Lundberg	144 p
8	Filip Kallhed	70 p
9	Jakob Khalil	50 p
10	Peder Lundberg	45 p

### Kompletteringsköp OL-kläder

Säsongen 2007 gjorde vi inköp av nya löpardräkter och 2008 nya klubböveraller till klubbens

medlemmar. Eftersom det är specialutformade kläder så är det inte så enkelt att kompletteringsköpa därefter. Kravet är minst fem omgångar (det är OK med olika storlekar) av varje typ för att kunna komplettera. Några medlemmar har tillkommit sedan dessa köp gjordes, några har växt oplanerat mycket och några persedlar har redan slitits hårt. Därför har styrelsen beslutat att undersöka behov och intresse av att köpa till kläder. Priser vid komplettering blir högre och samtidigt så har säkert de ordinarie priserna stigit sedan vi köpte sist. För de som köpte tävlingskläder förra gången, utgick en subvention med 100 kr/plagg och overallerna var subventionerade av klubben för alla som köpte. Styrelsen har uttalat sig positiv till att på likartat sätt stödja förstagångsköpare av klubbkläder. Kompletteringsköp får däremot ske till verklig kostnad.

Priserna för medlemmarna har tidigare varit följande:

OL-tröja	365 kr
OL-byxor (svarta)	245 kr
Klubböverall	750 kr

På anslagstavlan i Lillsjöstugan kommer att sättas upp i första hand en intresseblankett för att undersöka intresset för köp och i andra hand uppgift om önskad storlek. Era anmälningar ska vara lämnade **före den 1 februari** för att vi ska kunna utröna behov och i så fall göra en beställning inför vårsäsongen.

Denna gång kan vi inte låna hem kläder för prov utan ni får be att få låna kläder för provning av med-

lemmar som redan har sådana i de storlekar som ni tror er behöva.

### O-Ringen 2009 slutförd för vår del

Det kändes som en evighet framåt när vi på årsmötet i början av 2007 bestämde att vi skulle vara med och arrangera denna stora tävling. Efter viss central planering med möten under 2007, tätare och mer regelbundna under 2008, så kom 2009 då det praktiska arbetet startade upp. Först studiecirkel under våren och sedan med praktiska uppgifter på hemmaplan månaden före tävlingen. Vår ursprungliga uppgift att ta hand om alla resultat kompletterades med tältresning veckan före tävlingarna och rivning av desamma efter tävlingarna, parkeringsvakt några dagar, renhållningspatrull en halv dag och slutligen hjälpa till med rivning av scenen på torget.

Totalt engagerade vi 69 personer under dagarna i Eksjö vilka la ned ca 2 400 timmar varav ca 1 800 var kopplat till resultathantering. För detta belönades vi med ersättning för 288 dagsverken. Vad ett dagsverke slutligen kommer att ersättas med är ännu inte klart. Vi har dock hittills fått ca 82 000 kr utbetalade och ytterligare 13 000 kr är utlovat vid nästa årsskifte då de reserverade medlen för sent framkomna kostnader fördelas. Totalt är överskottet i dag angett till ca 3,7 miljoner vilket ovanstående ersättningar bygger på. Vissa garderingar gäller nog fortsatt så slutsumman kan nog bli några 100 000 till. I så fall kan klubbens utbyte bli i princip 100 000 kr.

Detta kan verka mycket. Som deltagare tycker man det är väl dyrt att delta och att vinsten borde vara mindre. Ser man från andra sidan som arrangör så utgör ett dagsverke ca 8 timmar och för det blev ersättningen 330 kr eller i bästa fall 350 kr d.v.s. ungefär 40 kr/tim. Inte mycket och då har allt förberedelsearbete varit gratis. Så vinstnivån är nog en bra kompromiss mellan arrangör och deltagare. Att överskottet blev så stort som det blev kan vi säkert tacka erfarenheter från tävlingen i Skillingaryd 2005 för, mycket bra tävlingsledning och då inte minst generalsekreterare, bra planering, en tidig marknadsföring med huvudsponsorer klara före finanskrisen förra året, mycket bra och riskfritt TC på Ränneslätt och inte minst ett väldigt bra samarbete mellan de 21 arrangörsföreningarna som har arbetat som en enda stor förening.



Som tack till de som hjälpte vår klubb bjöd klubben in till O-Ringenfest i början av december i Forserums Församlingshem. Glädjande nog kom ca 75 personer (även icke medhjälpare och makor var inbjudna liksom de som hjälper till med tipspromenaderna men inte deltog i O-Ringen var inbjudna) för att minnas sommarens uppgifter, bli bjudna på mat m.m. Till festen var O-Ringens generalsekreterare Göran Nilsson med fru Berit inbjudna. Göran gjorde en återblick på tävlingarna med en presentation i ord och bild. Detta efterföljdes av en film tagen av Kyösti Turtiainen med korta filmglimtar från vårt arrangemang, allt kommenterat av Göran. Inte nog med det, Göran tog fram dragspel och körde allsång för att till slut avsluta med en teatermonolog. Det är en man som verkligen bjuder på sig själv! Kvällen avslutades med dragning i de lotterier som sålts under kvällen. Massor av priser var det i lotteriet och toppat med fantastiska skänkta handarbeten så de lotterna var inte svårsålda! Allt igenom en mycket lyckad kväll med grekisk mat i dessa juletider. Kommittén som planerade det hela och sedan skötte genomförande samt senare även efterarbetet ska ha högsta eloge.

Vad är nu kvar av det hela? Förhoppningsvis att alla som hjälpte till har ett positivt minne för livet av vad de upplevde under dessa dagar med alla deltagare, stämningen på tävlingarna och C-orten, alla funktionärer, alla förberedelser, gemenskap m.m. Ett sådant arrangemang kommer förmodligen ingen av oss att få vara med om att arrangera någon mera gång i livet. Pengar som ersättning för något man gör, är vi vana vid ska vara belöningen. Att upplevelser i vissa sammanhang kan vara en väl så god





belöning har vi nästan glömt bort i denna krassa tid. En liten historia som belyser detta. SISU (idrottens studiecirkelförbund) har varit med och stöttat våra förberedelser genom att ge pengar till de studiecirkel vi genomfört. Det var deras konsulents enda uppgift att stötta oss med detta (han är själv bandyletare vid sidan om). Hur det nu kom sig så lovade han hjälpa till på tävlingarna med en liten uppgift. Allt eftersom tävlingsveckan gick tog han på sig allt mera uppgifter så det blev till slut heltid. När veckan gick mot sitt slut så kom han efter viss list från OK Njudungs representant även att gå vakt en hel natt på C-orten. Efter tävlingarna så framförde han inga klagomål över överutnyttjande utan var lyrisk över den stämning han upplevt, alla positiva människor (båda aktiva och funktionärer) och beskrev det som en förmån att få ha upplevt allt detta. Han hade till och med funderingar på att kontakta nästa års arrangör i Örebro för att höra i fall han kan få hjälpa till igen!

Så slutligen **Tack till alla ni som hjälpte till!**

### Stellan Ahnström vinnare i Runes Minne

Det är långt mellan informationen till klubbens medlemmar och det är länge sedan årets upplaga av tävlingen Runes Minne avgjordes. Det var i Aneby vid SOK Anebys splitter nya klubbstuga i slutet av maj som vi alla samlades, både dagens aktiva och gamla avflyttade orienterare med familjemedlemmar. Åter var det ett år med en underbar tävlingsdag så alla ville hellre vara ute än inomhus i den fina klubblokalen. Av totalt 24 anmälda kom 21 st att starta på väl avvägda banor lagda av Ola Gustavsson. Efter ett års miss på tätpositionen så återtog Stellan Ahnström priset Runes Minne efter vinst även 2006 och 2007. Detta år med ca 45 sekunder marginal på den 3,2 km långa banan till 2:an Alf Olsson.

Resultat:		Min/km
1	Stellan Ahnström	H60 7,44
2	Alf Olsson	H65 7,58
3	Peter Claesson	H21 8,17
4	Peder Lundberg	H35 8,33
5	Ann-Marie Birgersson	D65 8,54
6	Gunnar Frostfeldt	H50 9,31
7	Karin Frostfeldt-Gust.	D45 10,01
	Annika Lundberg	D40 10,01
9	May-Sofie Olsson	D60 10,04

### Zonsamarbete under 2010

Kommande år innebär en återgång till det normala i klubbarna på Högländet efter allt arbete med O-Ringen under säsongen 2009. Det gäller likaså det samarbete vi haft i många år i zonen. Denna bestod från början av Aneby, Eksjö och Nässjö kommuner men som sedan har utökats med Tranås, senare Ydre och nu senast Boxholm. Ingen liten zon från kant till kant!

Ungdomsserien kommer att utformas som detta år d.v.s. en enda serie för alla klubbar med tre tävlingar på våren och två på hösten vartill deltagande i Lämmeltåget sista helgen i maj ger deltagarpöäng. Vår klubb arrangerar tisdagen den 25 maj.

Högländs-OL kommer tillbaka efter uppehåll detta O-Ringenår. Start sker veckan efter midsommar och med avslutning den 10 augusti. Tisdagen dessförinnan är Högländs-OL kombinerat med Zonmästerskap i Eksjö. Vår klubb är arrangör torsdagen den 8 juli. Natträningar blir det dels redan den 25 mars i Nässjö och sedan två i oktober i Aneby och Eksjö.

Nässjö OK kommer att organisera ett träningsprogram för ungdomar gällande främst Högländs- och Njudungsklubbarna i likhet med tidigare år. Dag är tisdag och då har vi svårt att få det att passa med våra ungdomars övriga intresse.

SOK Aneby la fram ett förslag på en gemensam ungdomsledar-/tränarutbildning under januari i Aneby för nya ledare. Så blev det beslutat och kursen blir av den 22-24 januari. Inbjudan har just kommit med anmälan redan den 16 december. Vi hoppas att vi får med minst två deltagare för att bredda vårt ledarteam för ungdomsverksamhet.

### Nyheter i korthet

- Halvårsmöte genomfördes en något regning kväll vid fornlämningarna i Östra Höreda kombinerat med en kortare skogs promenad. Tyvärr måste de som inte deltog beklagas att de missade denna ändå vackra och lärorika kväll då vi var bara ett 15-tal medlemmar. Ta reda på var platsen ligger och gör ett givande besök där!
- Till nya medlemmar har Pär Wassborg, Erik Bergqvist och Erik Runesson invalts. Vi hälsar dem välkomna till vår förening och hoppas att ni alla ska finna något i vår verksamhet som passar både kortsiktigt och på lite längre sikt.
- Anläggningskommittén har haft en arbetsdag vi klubbstugan. Förrådet höjdes och ruttna bärbalkar ersattes, plattgångar rensades från gräs, allmän uppstädning och förbränning av gamla lastpallar m.m. samt byte av belysning över anslagstavla. Elljusspåret är i fullgott skick med alla armaturer lagade. Framtida uppgift för kommittén och klubben är renovering av duschrummen som fått vissa vattenskador.

## WMOC i Australien

Årets World Masters Orienteering Championship ingick i World Master Games som kan liknas vid Olympiska spelen men där deltagarna ska vara 35 år och äldre. Det var ca 28 000 deltagare från över 100 olika länder och därav 1 150 orienterare så vi skogsloffare märktes inte så mycket. Alla tävlingar var omkring Sydney där vi sprang sprintorientering.

Vi åkte med Per Nordahl, en duktig researrangör som har mycket annat än bara orientering på programmet.

Vår resa gick från Arlanda, mellanlandning i London och vidare till Singapore (drygt nattflyg dit!). Där var vi en dag, åkte guidad stadsrundtur, gick runt till fots, såg några tempel och kände på världsstadens puls. Från Singapore flög vi på natten till Darwin dit vi kom tidig morgon. Vi började med en rundtur i ett mörkt Darwin, fortsatte ut till ett stort kärrområde med många olika fåglar och for sedan till Adelaide River där vi åkte ut i båt på krokodilsafari. De matade krokodilerna från båten med stora köttstycken men det var inga gosedjur precis. Jag



skulle inte vilja ha sådana i Broddarpsbäcken! Vi såg också världens äldsta väggmålningar gjorda av Australiens urbefolkning aboriginer. Målningarna var på stora klippblock och hade olika betydelse bl.a. att skrämja bort onda andar m.m. Slingen var 2,5 km och gick upp och ner bland klippblocken. Där var +40° så lite svettigt var det. På kvällen kom vi till



Katherine efter 50 mil i buss. Nu är det 1:a oktober. Vi for 3 mil till Katherine Gorge där vi vandrade bland fantastiska

bergsklyftor och gjorde en båtturn bland otroliga klippformationer. Den 2:a oktober var en lång dag i buss. Vi startade kl. 6 och var framme ca kl. 23. Då hade vi åkt 120 mil i Norra Territoriet på spikrak väg genom ökenlandskap. Det var ju några mat- och fikastopp

men det var skönt att hamna i Alice Springs och kunna sträcka ut kroppen på en säng. I



Alice Springs såg vi Australiens äldsta telegrafstation, Royal Flying Doctor Service och Alice

Springes Desert Park där Norra Territoriets djur och växtliv beskrevs på ett förnämligt sätt.

Nu är det den 5:e oktober. Vi åkte tidigt för att slippa värsta värmen, vandrade 4 timmar i Kings Canyon och fortsatte sedan till Ayers Rock Resort. Då hade vi åkt 65 mil denna dag. Nu var Ahnströms med oss, dock för vi i olika bussar. Så nu skulle vi bo ihop och ihop blev det, 3x3 m, två våningssängar utan andra möbler så det gällde att vara sams. Här gjorde vi flera utflykter till Ayers Rock, en stor klippa mitt i öknen som är ett måste för många att se. Vi var där både vid solens uppgång liksom dess nedgång och det var en häftig upplevelse. Vi gick också runt klippan, en promenad på en mil, dock inte tätt intill överallt. Klippan är ju en helig plats för aboriginerna och vi kunde störa deras heliga andar.

Onsdagen den 7 oktober packade vi bussarna igen för flyg till

Sydney men först var det en vandring i Olgay, en nationalpark med mäktiga klippformationer. Vid ankomsten



till Sydney for vi till Olympiabyn där vi blev fotograferade för deltagarbevis, fick nummerlapp, ryggsäck och reklammateriel. Sedan for vi till ett jättefint hotell där vi bodde under Sydneyvistelsen.

Den 8:e gick vi till en turistinformation, fick mera reklam och stadskartor. Sedan åkte vi på en guidad bussrundtur i världsstaden. Guiden pratade svenska, en stor fördel för de liksom jag inte kan engelska. Under tiden var Stellan i Olympiabyn och fick sitt tävlingsmateriel. Denna kväll bjöd Christina på utsökt middag på rummet. Det fanns fullt utrustad köksdel så vi hade möjlighet att fixa frukost och övrig mat om vi inte ville gå ut och äta. Ingen mat ingick i priset för denna resa.

Fredagen de 9 oktober var fri för egna aktiviteter. Christina och Stellan är bättre på språk och mer resvana på egen hand så de drog med oss till Operahuset. Vilket bygge! Originellt i sin form och alla kakelplattor från Höganäs på taket, det var många! Färjetur över bukten och besök i Sydneys Zoo där det var massor av Australiens djur och färggranna fåglar.

Lördagen den 10 oktober. Nu började OL-löpandet med sprintkval i en universitetspark. Ann-Marie och Stellan förvarade FSOK:s färger jättebra, han i H70 mindre bra men gjort är gjort. Dagen efter var det final i sprint. Den gick i Sydney Olympic Park där vi sprang bland alla olika arenor och även inne på läktare och trappor i Olympiastadion. Ann-Marie och Stellan sprang A-final och var nöjda. Undertecknad som fick nöja mig med B-final var halvnöjd. På eftermiddagen var det stor öppningsceremoni på Sydney Olympiastadion. Den skippade vi



och tog tunnelbanan hem till hotellet. Dagen efter den 12:e var det bussresa de ca 12 milen in i landet till Blue

Mountains där vi delade stuga med Ahnströms, två stora sovrum och ett stort allrum-kök som var fullt utrustat. Noll bekymmer att bo ihop.

Den 13:e var det provlopp. Vi blev nästan chockade av terrängen. Stora stenblock, branter och näst intill oframkomligt. Hur skulle det gå att tävla i sådant?

Ja så var det dags för kvallopp nr 1. Stellan fick första delen av sin bana i svår klipp- och stenterräng men klarade av det bra. Ann-Marie och jag slapp den svåra delen då våra banor gick i öppen eukalyptuskog med bra sikt och mjuka höjder. Min slutdel gick över öppna fårbeten. Ann-Marie var nöjd medan jag missade flera kontroller och var inte nöjd. På eftermiddagen gick vi en vandring vid Wentworths

Falls, den djupa kanjon med branta bergväggar och vattenfall i många etager. Vilt och vackert!



Torsdag den 15:e var andra kvalet. Ann-Marie och Stellan gick bra så de fixade spring i A-final! Jag missade inget så det gick uppåt i sammandraget men med dåligt första kval fick det duga med B-final.

På fredagen var det utflykt och vandring i Katoomba, en gammal guldgrävartrakt med bergsformationerna Three Sisters, tre höga bergstoppar. De såg ut som gotländska raukar men var väldigt mycket större. Lördagen den 17:e var det dags för



sista orienteringsövningen. Final i Master Games långdistans. FSOK:s representanter sprang efter sin förmåga och var väl

rätt nöjda med sina lopp denna dag. Vädret var gott medan vi i kvalloppen tidigare sprang i svalt och blåsigt väder, t.o.m. häftigt regn på hemfärden en dag.

Nu började den stora resan närma sig slutet, för en del var det slut den 18:e för då åkte Stellan och Christina hem. Jag och Ann-Marie skulle uppleva Stora Barriärrevet också. Vi flög från Sydney till Cairns på söndagen. På måndagen började vi med båtutture till en korallö, Green Island, där vi badade, salt och gott i vattnet och gick runt ön, den var inte



så stor. Vidare till den yttre delen av Stora Barriärrevet där man kunde låna utrustning för att snorkla. Vi tog en tur i en glasbottenförsedd båt varvid vi såg de mest otroliga korallformationer. Tisdagen den 20:e skulle vi till Kuranda. Dit åkte vi med tåg från Freshwater där vi fick frukost på perrongen innan avfärd. Tågresan var 34 km med 328 m stigning via 15 tunnlar, regnskog och vattenfall. I Kuranda Rainfore Stadium såg vi en aborigin show, försökte kasta bumerang samt åkte kombinerad land- och vattenrundtur i regnskogen. Hemfärden gjordes i Skyrail gondollinbana, 7,5 km över regnskogen, häftigt värre! Sista dagen i Cairns tog vi det lugnt, gick en tur i staden, slappade på rummet. På kvällen hade Per tack- och avskedspicknick i hotellträdgården.

Torsdagen den 22:e påbörjade vi en lång hemresa. Efter mellanlandningar i Darwin, Singapore och London så landade vi på Arlanda fredagen den 23:e. Lite chockartat med svenskt höstrusk när man kom från 35-gradigt Australien. Men vad mycket vi har sett och upplevt! Det är ju rätt jobbigt att vara borta så länge men det är inget vi ångrar. Nu gäller det bara att försöka sortera upp och smälta alla upplevelser.

Mats Birgersson