

# BJÖRKFORSLADET

## NOVEMBER 2011

[cattho@orion.vokby.se](mailto:cattho@orion.vokby.se)

Björkfors GoIF

klubbstugan

Västra vägen

590 44 Rimforsa

Tryckfelsnisse var framme i förra månaden. Vårt postnummer på den här sidan järnvägen är 590 44 och inget annat.

Jag påminner om att det är hög tid att gissa datum då man kan åka skidor i spåret. En lista ligger i klubbstugan, men det går också bra att maila eller skicka ett kort med förslag på datum. Sista datum att gissa är den 13 november samma dag som det är orienteringsavslutning.

Det har kommit in ett antal rätta lösningar på förra månadens tridoku. Eftersom min bror är en av dessa kommer lottningen att ske på orienteringsavslutningen, så han har chans att vinna utan att det känns fel. Övriga rätta tridokun har kommit från Lennart Pettersson, Torgny Johansson och P-Å Ståhlhandske. Det finns ett nytt problem att lösa i månadens blad och även denna gång lottas ett pris ut till en vinnare som skickar in rätt lösning.

Angående Björkforsbladets vara eller icke vara har det bara kommit in tre svar. Två som vill ha det kvar och en som tycker att det bara behövs information på hemsidan. Det finns ännu tid att tycka till om hur vi gör i fortsättningen. Ska Björkforsbladet vara kvar?

Det är bra om alla som byter adress meddelar det till klubben.

Kom ihåg reflexer då ni är ute i mörkret. Även om det finns gatubelysning är det svårt att upptäcka mörklädda personer. Vid möte och regn är det särskilt besvärligt. Ha det bra i höstmörkret.

Catharina

## Styrelsens ruta

Startskottet för byggnation av äventyrsbanan och styrkeredskapen vid vår klubbstuga ägde rum den 20 okt.

Vahlströms orkester har slutat att spela och därför blir det Cassanova också från Vadstena som kommer att spela på Valö den 5 juni. Vi får hoppas att den positiva trenden fortsätter.

Det har bildats fukt under klubbstugan som vi försöker att få bukt med. I samband med det så undersöks även möjligheten att förbättra ventilationen inne i klubbstugan.

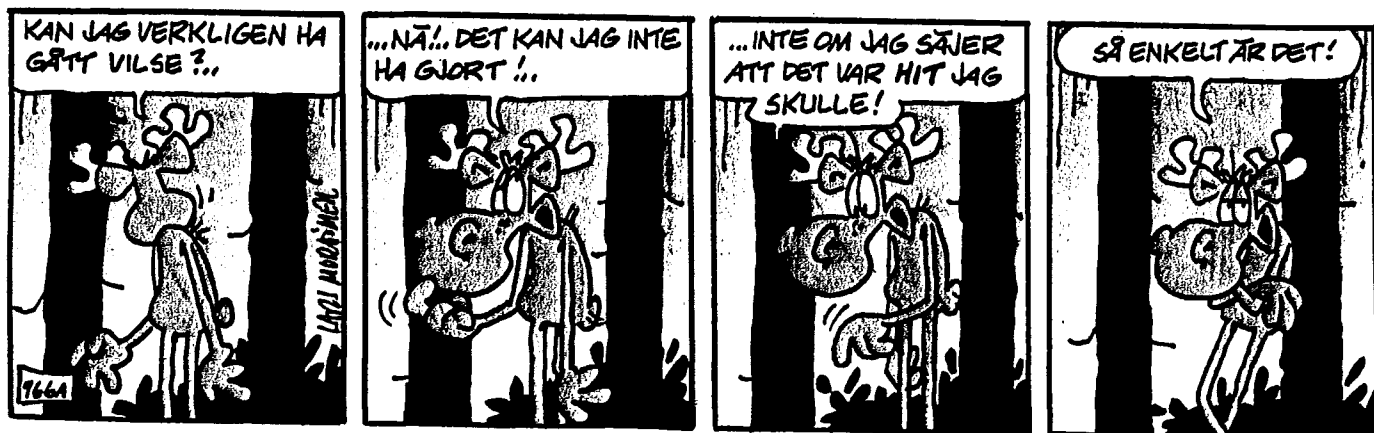
Klubben säljer fortfarande Bingolotter. Programmet sänds i 7:an kl 19.00 under en timma utan paus. Är du intresserad av lotter kontakta Lars Ekholm.

Serveringen i Klubbstugan är öppen på tisdagar 18,00 – 21,00.

STYRELSEN

S  
T  
O  
P  
P  
D  
A  
T  
U  
M

25/11



## Kalendariet november 2011

	Vecka 44	Vecka 45	Vecka 46	Vecka 47	Vecka 48
måndag	Höstlov				
tisdag	Höstlov				
onsdag	Innebandy Björkfors Skola 19.30	Innebandy Björkfors skola 19.30  <b>Styrelsemöte 19.00</b>	Innebandy Björkfors skola 19.30	Innebandy Björkfors skola 19.30	Innebandy Björkfors skola 19.30
torsdag	Höstlov  Gympa Björkfors Skola 19.00	Friidrottsträning 18.00 Åsundahallen Skidträning 19.30 Åsundahallen Gympa Björkfors skola 19.00	Friidrottsträning 18.00 Åsundahallen Skidträning 19.30 Åsundahallen Gympa Björkfors skola 19.00	Friidrottsträning 18.00 Åsundahallen Skidträning 19.30 Åsundahallen Gympa Björkfors skola 19.00	Friidrottsträning 18.00 Åsundahallen Skidträning 19.30 Åsundahallen Gympa Björkfors skola 19.00
fredag	Höstlov			<b>Presstopp</b>	
lördag					
söndag	November- Sprinten	Föräldramöte 14.00 se friidrottsinf. <b>Orienteringens Säsongsavslutning kl.16.00</b>		1:a advent <b>Avslutning Friidrott 14.00 klubbstugan</b>	2:a advent

### Stugvärdar

Vecka 44 Ulla Holmström

Vecka 45 Ulla Holmström

*Jag har en snäll hund  
som rastar mig  
varje dag.*



# Orienteringens säsongsavslutning

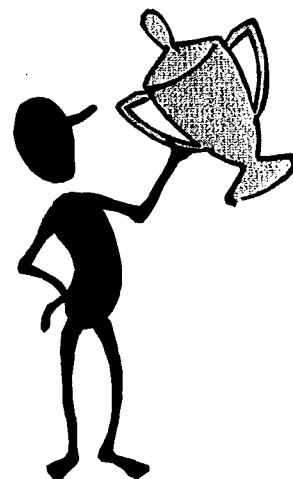
Söndagen den 13 november klockan 16.00

Plats: Klubbstugan

Vem blir klubbens bästa orienterare?

Medaljer till årets klubbmästare m.m.

Fika, lotteri



Välkommen

/Orienteringssektionen

*Repris från förra månaden.*

*Enkät ang. Björkforsbladet*

*Under de senaste åren har Björkforsbladet bara funnits på hemsidan. [www.bjorkforsgoif.nu](http://www.bjorkforsgoif.nu), klicka sedan på Björkforsbladet. (Några får Björkforsbladet i pappersform i dagsläget, det är de som vill ha det så).*

*Undantag en eller två gånger om året i pappersform till alla. Ska vi fortsätta så eller ska informationen bara finnas på hemsidan?*

*Skicka ett mail cattho @ orion.vokby.se eller lämna dina tankar om detta på ett vykort och skicka till*

*Björkfors GoIF*

*klubbstugan, västra vägen*

*590 44 Rimforsa*

*1. Bara hemsida(inget Björkforsblad)*

*2.B-bladet på hemsidan. (i pappersform för de som säger till om det. De som redan tidigare meddelat detta behöver inte meddela igen.)*

*Vi vill ha era svar före 1 dec.*

Rätt svar på ålgfrågorna.  
1. åtta år 2. 825 kg 3. 2,5 liter 4. 4 meter 5. 60km/tim.

## Orientering en attraktiv

**sport** - många skulle vilja se att barn och barnbarn börjar orientera

I en undersökning som SOFT gjort har över 1000 slumpvis utvalda personer tillfrågats om sin syn på sporten orientering. På frågan om man vill att de egna barnen, eller barnbarnen, ska börja orientera svarar en klar majoritet ja - 8 av 10 är positiva.

Orientering uppfattas som en bra sport och motionsaktivitet för barn och ungdomar och viktigt för de tillfrågade är att barnen genom orienteringssporten får möjlighet att på nära håll uppleva naturen. Vidare anser de att orienteringssporten inte är lika dyr som många andra sporter och att orienteringsklubbarna är bra på att ta hand om barn och ungdomar.

Den positiva bilden av orientering som kommer fram i undersökningen beror förhoppningsvis på att de tillfrågade ser kombinationen av natur/friluftsliv, fysisk aktivitet och problemlösning som en spännande utmaning.

Orienteringsfamiljen består idag av fyra discipliner; fot-, precisions-, mountainbike- och skidorientering. Jag tycker mig se en spännande framtid, och då även för småsyskonen i OL-familjen. Det positiva resultatet i undersökningen visar att vi är attraktiva. Och redan idag ägnar sig många åt aktiviteter som tangerar orientering - man vistas ute i naturen, promenerar, springer, åker skidor och cyklar.

Tänk att kunna erbjuda aktiviteter till en målgrupp som redan är positiv till orientering och dessutom kunna säga: Välj själv vilket sätt ni vill ta er fram på i naturen - och gör det gärna tillsammans med barn och barnbarn



Marianne Söderberg  
Ordförande  
Svogsportens  
Gynnare

1

1	<sup>B</sup> 4	8	3	9	2	7	<sup>A</sup> 5	6
<sup>I</sup> 2	3	7	5	6	<sup>G</sup> 8	<sup>L</sup> 9	1	4
5	9	6	4	7	1	2	3	8
8	5	9	7	2	3	<sup>F</sup> 6	<sup>D</sup> 4	1
3	1	2	9	4	6	8	7	5
6	7	4	8	<sup>C</sup> 1	5	3	2	9
4	6	3	2	<sup>N</sup> 5	9	1	<sup>R</sup> 8	7
9	2	5	1	<sup>K</sup> 8	<sup>I</sup> 7	4	6	3
7	8	<sup>O</sup> 1	<sup>H</sup> 6	3	4	5	9	2

2

7	6	4	5	2	3	8	9	1
8	9	3	1	7	<sup>D</sup> 4	<sup>F</sup> 6	2	5
<sup>A</sup> 5	2	1	<sup>K</sup> 8	6	<sup>L</sup> 9	4	3	7
4	<sup>M</sup> 3	8	9	5	6	1	7	2
9	5	6	2	1	7	3	<sup>B</sup> 8	4
<sup>J</sup> 2	1	7	3	4	8	9	5	<sup>H</sup> 6
1	8	5	6	3	2	7	<sup>B</sup> 4	9
3	7	2	4	9	<sup>O</sup> 1	5	6	<sup>G</sup> 8
6	7	9	<sup>I</sup> 7	8	<sup>N</sup> 5	2	1	3

3

8	1	<sup>L</sup> 9	2	7	3	5	<sup>H</sup> 6	4
5	<sup>D</sup> 4	7	8	6	9	<sup>O</sup> 1	2	3
6	<sup>M</sup> 3	<sup>J</sup> 9	4	5	1	9	8	<sup>I</sup> 7
4	2	1	7	3	5	<sup>B</sup> 8	9	6
9	7	5	<sup>F</sup> 6	4	8	3	1	2
3	6	<sup>K</sup> 8	<sup>C</sup> 1	9	2	4	7	5
1	8	4	5	2	7	6	3	9
2	9	6	3	8	<sup>B</sup> 4	7	5	1
7	<sup>N</sup> 5	3	9	1	6	2	4	8

Rätt lösning på  
förra månadens  
Tridoku

# **Friidrottssektionen informerar:**

Inomhussäsongen har nu varit igång en månad. För den som inte varit i Åsundahallen en torsdagkväll kan jag berätta att vi varje vecka samlar drygt 30 barn och ungdomar som tycker det är kul med friidrott. Åldrarna är från ca 6 år och uppåt. Sista halvtimmen ägnar vi lite extra åt de som är 8 år och äldre.

Jättekul att intresset för friidrott har ökat så mycket. Det jobbiga med det är att vi fortfarande bara är två ledare vilket gör att vi känner att vi knappt hinner med alla barn. Ännu mindre lära sig alla namn.

Du som vill göra en insats och hjälpa till på träningarna så att vi kan fortsätta att ha kul på torsdagkvällarna får gärna höra av dig till mig eller Anders antingen på torsdagkvällarna eller på e-post eller telefon övriga tider. Kontaktuppgifter finns på hemsidan.

Sista träningen för året blir torsdagen den 1 december. Sedan tar vi juledigt och startar igen när skolan börjar någon gång efter trettonhelgen.

## **Föräldramöte**

Vi inbjuder till föräldramöte för alla som har barn och ungdomar i Björkfors GoIF:s friidrottsverksamhet.

Vi vill ge möjlighet att diskutera verksamheten, lite tankar om tävlingar och även vikten av att äta både före och efter träning.

Var: Björkfors GoIF:s klubbstuga

När: Söndagen den 13 november kl. 14.00

Anmälan till [la.kullberg@telia.com](mailto:la.kullberg@telia.com) senast fredagen den 11 november.



Om det är några särskilda frågor som ni vill ta upp kan ni gärna kontakta någon av oss tränare vid träningstillfällena eller skicka ett mail.

*Välkomna*

## **Avslutning**

Söndagen den 27 november kl. 14.00 kommer vi att ha friidrottssektionens årsavslutning. Det kommer som vanligt att delas ut priser till klubbmästare i både terränglöpning och friidrott. Vi kommer även att berätta lite om året som gått samt inte minst fika. Både barn och föräldrar är välkomna.



*Välkomna*

*Friidrottssektionen gm Lars-Åke Kullberg*

Älgjakten pågår ju för fullt, men vad vet vi om älgen? Här är några frågor att klura på. De rätta svaren finns på annan plats i bladet.

En älg kan bli 15-20 år, men de flesta dör yngre än så. Närmare bestämt innan de fyllt.....

1. två år                      X. fem år                      2. åtta år

Den tyngsta älgen genom tiderna fälldes i Tierp på 1940-talet. Hur mycket vägde den?

1. 825 kg                      X. 967 kg                      2. 1.053 kg

Det går faktiskt att mjölka en älgko! Hur mycket kan en älgko ge per dag?

1. 0,5 l                      X. 2,5 l                      2. 5 l

En älg simmar bra och vissa forskare påstår att den kan dyka! Hur djupt?

1. 0,5 m                      X. 2 m                      2. 4m

Älgen springer bäst i trav och är ganska snabb. Vilken hastighet kan älgen uppnå?

1. 45km/tim                      X. 60 km/tim                      2. 90km/tim

Snart är julen här och det är hög tid att tänka på julklappar.

Här är några som försöker få in lite extra pengar genom att sälja begagnat.

### Säljes

Hund säljes. Äter det mesta, tycker mycket om barn.

Tre par skidor, två par slalomkängor och ett par kryckor. Mycket billigt.

Fallskärm. Använd endast en gång, aldrig öppnad, liten fläck.

### Bytes

Tvåmannatält använt en gång bytes mot barnvagn.



Sista sidan med lite av varje.

På Zoo

"Titta mamma, den där apan ser ut som faster Rut"

"Fy, så säger man inte."

"Men apan förstår väl inte vad jag säger?"

"Jag låter alltid några lampor var tända under natten för tjuvarna."

"Det är ju slöseri med elektriciteten. De brukar väl alltid ha med sig ficklampa."

"Vad heter du lille vän?"

"Tom"

"Är det efter pappa?"

"Nej, efter hans plånbok."

Det var två finnar, Nilsa och Pinnka, som gick in på en svensk bar. Efter några öl var det dags att betala, varpå Nilsa gick till baren och sa:

"Jag drack två och Pinnka fyra"

"Då behöver du bara betala för två, för det kostar inget att pinka" sa bartendern.

När han kom tillbaka till Pinnka sa han: "Vilken tur du har Pinnka, du slapp betala."

"Vattnet är mycket viktigt.

Om det inte fanns vatten skulle ingen lära sig simma och alla skulle drukna."

När förändringarnas vind blåser bygger en del vindskydd – medan andra bygger väderkvarnar.

Livet är till för att levas - inte bara överlevas.

## Tridoku

1

	2	A	1	5	7	3	
	G					6	I
9		4		6	7	2	
	D	9		3	4		8
2						C	
E				F			
	L	J	B	K		1	3
	9		5			2	
	6		7	1			5

2

		9	4	1	7		H	J
			5		2		I	3
1	2						5	K
6	7		3		4			
		3	1		5			E
5		1		2	9	G		B
2	C				D	6		
			L					
9				A	8			

3

					3	5		
	2			5	7	I	H	
8		7			C		D	3
	6	8	5	3	2	9		
	3		4	7	1			
					6			2
		3		4		6		
L	F	E	J		5	3		8
	8	B			K	7		

Lös detta och skicka in svaret till vår klubbadress.

Lottat pris utlovas.