



# HOK-JOK

Sedan starten 1972:

**Nr. 182**

Nr.3 / 2013

Fredag 2013-08-30

Red.: Hannes Carlsson

## Klubbtidning för Hammarkinds Orienteringsklubb, Valdemarsvik

### Året så här långt...

Fram till och med den 25/8 har 36 medlemmar varit aktiva (hela förra året hade vi 34 aktiva), så den siffran är redan slagen. Antalet starter på träningstävlingar är hittills 232, varav 146 är starter av medlemmar. Förra året nåddes 359, varav 253 medlemsstarter, så där har vi en bit kvar. Men är vädrets makter med oss så kommer vi nog att öka lite i år också.

Beträffande tävlingsstarter, så är vi i skrivande stund uppe i 35. Hela förra året slutade på 42, så i år pekar allt på att vi uppnår kanske 60 tävlingsstarter. I så fall den bästa siffran sedan 2000.

Så har vi vår poängtävling, där en genomförd tävling ger en poäng och en genomförd träningstävling ger 1/3 poäng. Just nu (26/8) ser poängställningen ut så här:

Andreas Hellgren	12
Erik Kjellgren	11
Maria Engqvist	10
Lennart Kjellgren	6 1/3
Fredrik Urberg	5 1/3
Martin Zackrisson	3 1/3
Jenny Karlsson	2 1/3
Sven-Erik Jonsson	2 1/3
Åke Hermansson	2 1/3
Gustav Zackrisson	2 1/3
Alfred Emanuelsson	2
Linnea Karlsson	2
Ragnar Levander	2
Hannes Carlsson	2
Max Hellgren	2
Ingela Zackrisson	1 1/3
Peter Törngren	1 1/3
Sam Samelius	1 1/3
Sivert Urberg	1 1/3
Peter Njord	1 1/3
Madeléne Pedersen	1 1/3
Anders Bockgård	1
Peter Kjellberger	1

Emil Levander	1
Axel Emanuelsson	1
Ronny Lobenius	2/3
Richard Kjellgren	2/3
Ronny Emanuelsson	2/3
Agneta Kjellgren	2/3
Eva Lobenius	2/3
Alma Emanuelsson	2/3
Thomas Melander	1/3
Niklas Levander	1/3
Alexander Gustafsson	1/3
Sten Ovinder	1/3
Helena Wrethander	1/3

### Klubbmästerskap

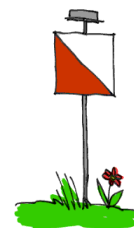
Dags att toppa formen! Lördagen den 28 september går nämligen vårt klubbmästerskap av stapeln. Samling vid Sandviks gård (utmed Grytsvägen 2,5 kilometer från Valdemarsvik). Parkerar gör du på ladugårdsplanen. Start mellan kl. 14 – 15. Banlängderna varierar mellan 1,5 till drygt 4 km. Vill du tävla om klubbmästartiteln så får du snällt springa de banor som på förhand bestämts. Men det går naturligtvis bra att delta utom tävlan och bara delta ”som vanligt”.

KM avgörs i följande klasser:

H -10, H -14, H 21, H 35-, H 45-, H 50-, H 60-, H 65-, H 70- och H 80-, D-12, D 21, D 35-, D 45-, D 55-.

### Orientering

*Underbart, oslagbart, helkul!*



### Mera Sportidentprylar

Vi har beställt ytterligare tre kontrollenheter och tio kontrollstolpar. Nu finns kapacitet för upp till 27 kontroller på träningstävlingarna.

## Orienterings Dag 28/9

Tyvärr var inte naturen riktigt med oss på vårt arrangemang den 1 juni, och inte tekniken heller. Ett lätt men ihärdigt regnande skrämde nog bort en del ”icke-orienterare”. Men skam den som ger sig. I samband med träningstävlingen den 28/9 kommer vi att försöka igen. Alla elever i låg- och mellanstadiet kommer att inbjudas. Vi hoppas att – precis som 1 juni – flera av er ställer upp och kommer en timme tidigare till träningstävlingen för att hjälpa till med instruktioner och skuggning av de som vill testa ”prova-på-banan”. Klubben bjuder även denna gång på korv med bröd och ”festis”.

## EOS bort – MEOS in!

Tekniken ställer till det. Efter att vi haft strul med vår gamla laptop-dator så köpte vi ju en ny, vilket vi skrev om i förra HOK-JOX. Den är snabb, tydlig i solsken och har bra batterikapacitet. Nu är det dock så att den nya har Windows 8 i sig, till skillnad från föregångaren som hade 7:an. Och då passar förstås inte vårt administrationsprogram EOS, som vi haft något år på våra träningstävlingar. Därför går vi nu över till ett annat program som heter MEOS. EOS står för Enkelt OrienteringsSystem och MEOS för Mycket Enkelt OrienteringsSystem. Styrelsen har testat det nya, och det verkar faktiskt vara något enklare att använda. Vi kommer därför att kalla de som brukar lägga träningstävlingar till en kväll på klubblokalen där vi går igenom grunderna.

## HOK:s hemsida

Titta gärna på vår hemsida som sakta men säkert håller på att byggas upp. Du når den på adress: [www2.idrottonline.se/HammarkindsOK-Orientering/](http://www2.idrottonline.se/HammarkindsOK-Orientering/) ..eller också ”Googlar” du bara på ”Hammarkinds OK”. Där finns bl.a. detta HOK-JOX och tränings/tävlingsprogrammet.

## Mejladress och mobilnummer tack!

För att nå ut snabbt med korta meddelanden och påminnelser, så vill vi gärna ha din mejladress och mobiltelefonnummer. Hör av dig till [hannes.carlsson@valdemarsvik.se](mailto:hannes.carlsson@valdemarsvik.se)

## Nattorienteringar

Som vi skrev i förra numret, så kommer vi äntligen att ha en nattorientering i klubben. Det var länge sedan men nu blir det av den 4 oktober med Fredrik Urberg som banläggare vid Dalängen. Men det finns även tillfälle att utöva denna underbara variant av vår sport vid flera tillfällen. Du kan tex. följa med till Söderköping den 22 oktober.



## Köp pannlampa billigt!

En pannlampa är ju ett måste för att kunna springa nattorientering och styrelsen vill ge alla en möjlighet att kunna delta. Styrelsen har därför beställt ett tiotal LED-pannlampor i prisklassen 300-400 kronor. Vi kommer att sälja ut dem till inköpspris. Blir det några över så kommer de att finnas för utlåning till främst yngre medlemmar som vill nattorientera.

## Gotlandshelg i oktober

Lördagen och söndagen den 19-20 oktober arrangerar Gotlands Bro OK ”Helg utan Älg”. Båda etapperna går på den säregna ön Furillen på öns nordöstra sida cirka 5 mil från Visby. Vi åker gemensamt hemifrån på fredagskvällen omkring 17.30 till Oskarshamn, där färjan avgår kl. 20.10 och är framme i Visby kl. 23.05. Sedan väntar inkvartering på hotell.

Gotland erbjuder som bekant en väldigt annorlunda terräng. Flackt, ibland som ett salsgolv, men där det är oerhört viktigt att hålla kursen. Terrängbeskrivningen i inbjudan lyder sålunda: ”Lättlöpt skogsmark med inslag av hållmark, samt ett antal stigar och vägar. Huvudsakligen svagt kuperad terräng, med bitvis

få detaljer. God framkomlighet". Tävligen är ett tvådagarsarrangemang och tiderna räknas alltså ihop, dock inte i öppna motionsklasser. Både lördag och söndag sker första start kl. 10. Lördagen tävlas det i långdistans och på söndagen medeldistans. På lördagskvällen kan man lämpligen gå ut och äta gemensamt på någon av Visbys många trevliga restauranger.

På söndagen avgår färjan från Visby klockan 16.20 och är i Oskarshamn vid 19.15. Vi är hemma igen i Valdemarsvik omkring 21.30.

Styrelsen har beslutat att klubben även i år står för anmälningsavgiften, logi och båtresa! Så det enda du betalar är din del i bilkostnaden och det du stoppar i magen förstås.

Anmälan och förfrågan till O-ledaren Fredrik Urberg tel. 0123-203 11 eller 070-668 52 62 senast söndag 15/9. Se hela inbjudan på <http://eventor.orientering.se/Events/Show/3853>

## Löpträning och bastu

Nu är vi igång igen med löpträning, promenad och efterföljande bastu (för herrar) på måndagar kl. 19 vid klubblokalen.

## Nostalgi- och trivselkväll 22/9

Välkommen till en kväll på klubblokalen då vi bjuder på fika, pratar gamla minnen, tittar på film och har allmänt trevligt. Passar även för nya och yngre medlemmar som vill få lite historia och distans till dagens verksamhet. Vi beräknar hålla på mellan 18 – 21.

## Köp kläder!

Du vet väl att vi har ett litet lager av tävlingsdräkter till salu. Titta in på måndagskvällarnas expeditionstid kl. 18 – 18.30 så kan du prova.

# RESULTATBÖRSEN

### Gamleby OK 2/7

ÖM 5	Max Hellgren	1 (29)
ÖM 5	Andreas Hellgren	3 (29)

### Gamleby OK 3/7

H 45-	Fredrik Urberg	20 (23)
Inskoln.	Martin Zackrisson	6 (13)
Inskoln.	Linnéa Karlsson	7 (13)
ÖM 4	Jenny Karlsson	3 ( 3)
ÖM 5	Max Hellgren	1 (32)
ÖM 5	Andreas Hellgren	2 (32)
ÖM 5	Maria Engqvist	18 (32)
ÖM 8	Erik Kjellgren	10 (37)
ÖM 8	Lennart Kjellgren	26 (37)

### Stjärnorps SK 8/8

ÖM 3	Gustav Zackrisson	11 (23)
ÖM 3	Martin Zackrisson	12 (23)
ÖM 5	Lennart Kjellgren	3 (20)

### Norrköpings AIS 24/8

H 45-	Andreas Hellgren	13 (33)
H 45-	Fredrik Urberg	23 (33)
ÖM 3	Maria Engqvist	3 (20)
ÖM 8	Erik Kjellgren	11 (29)

### Norrköpings AIS 25/8

H 45-	Andreas Hellgren	14 (31)
ÖM 3	Maria Engqvist	4 (23)
ÖM 9	Erik Kjellgren	11 (19)







Dag	Datum	Arrangemang	Banläggare/arrangör	Kategori	Plats/karta
Ti	2/7	Tjust 2-dagars	Gamleby OK	Dag lång	
On	3/7	Tjust 2-dagars	Gamleby OK	Dag lång	
Ti	9/7	NOK	OK Kolmården	Dag	
To	11/7	Träningsstävling	Peter Njord	Dag	Klubblokalen
Ti	16/7	NOK	OK Denseln	Dag	
To	18/7	Träningsstävling	Lennart Kjellgren	Dag	Ekön
Ti	23/7	NOK	(HOK) Fredrik Urberg	Dag	Dalängen
To	1/8	Träningsstävling	Erik Kjellgren	Dag	Björksätter
Ti	6/8	NOK	IFK Norrköping	Dag	
To	8/8	Stjärnorpsprinten	Stjärnorps SK	Dag medel	
Sö	11/8	43-epilogen	OK Eken, LOK, OK Denseln	Dag medel	
Ti	13/8	NOK	Matteus SI	Dag	
To	15/8	Träningsstävling	Andreas Hellgren	Dag	Tryserum
Ti	20/8	NOK	Finspångs SOK	Dag	
Lö	24/8	NAIS-orienteringen	Norrköpings AIS	Dag medel	
Sö	25/8	NAIS-orienteringen	Norrköpings AIS	Dag lång	
Ti	27/8	NOK	OK Kolmården	Dag	
To	29/8	Träningsstävling	Sven-Erik Jonsson	Dag	Dalängen
Lö	31/8	Motala AIF OL	Motala AIF	Dag medel	
Sö	1/9	Motala AIF OL	Motala AIF	Dag lång	
Ti	3/9	NOK	GoIF Tjalve	Dag	
To	5/9	Träningsstävling	Anders Bockgård	Dag	Granbrinken
Sö	8/9	DM Lång	Skogspojkarne OK	Dag lång	
Lö	14/9	DM Medel	Finspångs SOK	Dag medel	
Sö	15/9	DM Stafett	Finspångs SOK	Dag stafett	
Lö	21/9	Träningsstävling	Hannes Carlsson	Dag-KM	Sandvik
Lö	28/9	Träningsstävling	Alfred E, Madelène P	Dag	Granbrinken
Ti	1/10	NOK	OK Denseln	Natt	
Fr	4/10	Träningsstävling	Fredrik Urberg	Natt	Dalängen
Ti	8/10	NOK	Norrköpings AIS	Natt	
Lö	12/10	Träningsstävling	Åke Hermansson	Dag	Grännäs
Sö	13/10	Älgfritt	OK Motala	Dag medel	
Ti	15/10	NOK	GoIF Tjalve	Natt	
Lö	19/10	Helg utan älg	Gotlands Bro OK	Dag lång	
Sö	20/10	Helg utan älg	Gotlands Bro OK	Dag medel	
Ti	22/10	NOK	Skogspojkarne OK	Natt	
Lö	26/10	Träningsstävling	Jenny Karlsson	Dag	
Lö	2/11	Svartåfejden	Mjölby OK	Dag medel	
Sö	3/11	Novembersprinten	Mjölby OK	Dag stafett	

Arrangemang med fet stil ger en (1) poäng och arrangemang med normal stil ger en tredjedels (1/3) poäng i vår poängtävling. Detta under förutsättning att man presterar ett godkänt lopp.

**TÄVLINGSKALENDER finns på nätet:** [eventor.orientering.se](http://eventor.orientering.se)

Du kan själv anmäla dig till tävlingar via Eventor, eller anmäla dig till O-ledaren Fredrik Urberg, tel. 0123/20311. (mobil 070/6685262), senast 14 dagar före aktuell tävling. **Ställ upp om Du anmält dig!** Vid utebliven start står du för kostnaden själv.

**TRÄNINGSTÄVLINGARNA:** Kungöres av banläggaren på anslagstavlan vid klubblokalen samt allmänna anslagstavlor i Valdemarsvik och Gusum. Träningsstävlingarna annonseras även under NT:s Sportfronten. **Alla är välkomna, även icke medlemmar.**

## Nästa nummer

...räknar vi med kommer i slutet av oktober.

