



# HOK-JOX

Sedan starten 1972:

**Nr. 194**

Nr.2 / 2016

Onsdag 2016-06-22

Red: Hannes Carlsson

**Klubbtidning för Hammarkinds Orienteringsklubb, Valdemarsvik**

## Ny karta på gång

Äntligen verkar vi ha fått fart på kartritningen igen. Klubben har engagerat Jerry Martinsson från OK Motala som är igång med att nyrita det gamla Barkenbladet från 1979, beläget mellan Valdemarsvik och E 22:an. Vi har inte sprungit i området sedan 1980-talet, men nu när vi flyttat in i Banvallsstugan har detta område blivit prioriterat. Stugan ligger ju på kartan. Namnet på den nya skapelsen blir "Barken" och omfattar ett lite större område än den förra versionen som var på 3,5 km<sup>2</sup>. Två broar kommer att uppföras över ån som rinner parallellt med banvallen. De kommer troligen att byggas på samma ställe som det tidigare varit övergångar över ån. Premiär på kartan kommer det att bli den 7/10 då vi avgör klubbmästerskapet i nattorientering vid Banvallsstugan.

## HOK 70 år

Födelsedagen inföll redan den 26 januari, men som du kanske såg i HOK-JOX 192, så tänkte vi fira detta i maj. Men maj månad var full av annat som måste göras, så därför har vi nu fastnat för att uppmärksamma jubileet i samband med Natt-KM i Banvallsstugan fredagen den 7 oktober. Då hoppas vi att många ställer upp – både i tävlandet och i vårt lilla firande.



## Sommar- och höstprogrammet

På sista sidan hittar du sommarens och höstens tävlings- och träningsprogram. Mycket att längta till! Eventuella uppdateringar av programmet hittar du på vår hemsida under rubriken "Kalender".

## Ordförande har ordet

Det har varit en väldigt rolig tid för klubben och för mig denna vår. Våra ungdomar har tappert tränat varje vecka under hösten och vintern. I ur och skur, med eller utan pannlampa, inne eller ute, har vi kämpat för att lära konsten att översätta det som är ritat på ett papper och som ska föreställa verkligheten. Detta lärande tar ju aldrig slut, eller hur? Vi är många som försöker och det är väldigt få som har gjort det perfekta loppet. Det är samtidigt det som är hemligheten, att aldrig vara riktigt färdig eller nöjd. Nu var det inte själva dragandet och kämpandet som gjorde mig så glad utan NOK's ungdomsserie. Den har pågått under tre tisdagskvällar i maj och om inte sjukdom/skada varit framme så har alla nya HOK-are varit med. Detta är fantastiskt roligt och vi hoppas att alla delar uppfattningen att det är roligt. Vi har varit i Söderköping (Östra Husby), Norrköping och Skärblacka. Varje gång har tävlingarna haft över 150 deltagare. Vädret har dessutom varit på vår sida med riktig härligt löparväder. Många föräldrar är med och skuggar och några av dem är mycket nära att smittas av samma åkomma som barnen. Alla har skött sig mycket bra även om vi inte fokuserar på resultat i detta tidiga skede. Det har blivit 19 starter på dessa tre tillfällen och vi har haft deltagare i klass U2 och H12. Ungdomsserien återkommer efter sommaren och då är vi beredda igen. Tjust 2-dagars är det som står på tur närmast den 5-6 juli. Hoppas att vi kan samla även andra så att vi får en riklig representation i Gamleby!

## Skolkampen genomförs 20/9

Återinförandet av Skolkampen för 5:e klasserna i kommunen förra hösten blev ett lyckosamt drag. Skolan vill ha det som återkommande arrangemang och vi fick som resultat ett 10-tal nya ungdomar som med liv och lust går in för sin nya sport. En del av deras föräldrar har också så smått börjat orientera.

## Flera kontrollenheter köpta

Ytterligare fem kontrollenheter har inköpts från Sportident. Totalt har vi nu 35 kontrollenheter förutom dator, löparpinnar, ställningar, mål- och startenheter m.m. . Vi har fram till nu investerat omkring 75 000 kronor i vår elektronikutrustning, men det tycker styrelsen är väl använda pengar. Ingen längtar väl tillbaka till stiftklämmor och startkort?

## Rapport från märkesombudet

Fram till den 1/6 har fem medlemmar gjort 14 tävlingsstarter. Antalet medlemsstarter på träningstävlingar och motsvarande (tex. NOK-träningar, ungdomsserie m.m.) fram till samma datum är 99. Totalt har 29 medlemmar varit aktiva, varav 5 tjejer. Så här ser poängtabellen ut just nu, då vårsäsongen är över:

Fredrik Urberg	6 1/3
Andreas Hellgren	5 1/3
Hannes Carlsson	3 2/3
Peter Njord	3 2/3
Max Hellgren	3
Melcer Stenberg	2 2/3
Edvin Flyxén	2 1/3
Moa Tingström	2
Melker Österström	2
Johan Flyxén	1 2/3
William Furenbäck	1 2/3
Axel Mattson	1 2/3
Eric Stenberg	1 2/3
Anders Bockgård	1 1/3
Lina Engstrand	1 1/3
Anders Kling	1
Max Ottosson	1
Martin Jacobsson	2/3
Peter Kjellberger	2/3
Krister Lundblad	2/3
Sivert Urberg	2/3
Ebba Bohman	1/3
Rasmus Hultberg Olsson	1/3
Sven-Erik Jonsson	1/3
Veronica Levander	1/3
Gustav Ljungstorp	1/3
Sten Ovinder	1/3
Ella Rossander	1/3
Peter Törngren	1/3

**Roligaste vägen mellan två punkter:  
Orientering!**

## Påminnelse om våra nya adresser

Post:  
Hammarkinds OK  
c/o Fredrik Urberg  
Stationsvägen 12  
610 40 Gusum

Vill du mejla till klubben, så gäller i fortsättningen: [info@hammarkindsok.se](mailto:info@hammarkindsok.se)

## Kolla på nätet!

Det är inte bara genom HOK-JOX och vår hemsida som du kan hålla dig uppdaterad med allt vad som händer i orienteringsvärlden. Kolla också på Svenska Orienteringsförbundets [www.orientering.se](http://www.orientering.se) och Östergötlands Orienteringsförbunds [www.o-of.se](http://www.o-of.se)

## Bingolotto

Det finns ett enkelt sätt att stödja HOK om du tycker om att spela bingolotto. Bli prenumerant! Gå in på [www.bingolotto.se](http://www.bingolotto.se) välj "prenumeration". Fyll i de uppgifter som efterfrågas och ange "Hammarkinds OK" i rutan för vilken förening du vill stödja. Sedan kommer 13 kronor för varje lott du köper att tillfalla klubben. Tack!



## Hjälp till att göra PR för HOK

Bifogat hittar du ett exemplar av vår PR-broschyr. Hjälp oss sprida den genom att ge bort den till någon som du tror kan vara en framtida medlem, eller glöm den på något smart ställe, t.ex. ett väntrum, så att någon annan hittar den. På anslagstavlan vid banvallen alldeles intill Banvallsstugan sitter det även en låda med sådana broschyrer.

## Nya medlemmar

Vi hälsar Viktor Levander, Iris Bohman, Pernilla Österström, Mats Nahlbom, Maria Rossander och Hilda Rossander välkomna i klubben!

## Köp tävlingsdräkt!

Du vet väl att vi har ett litet lager av tävlingsdräkter till salu. Man blir inte snabbare, men de är sköna att springa i. Dessutom är de snygga och hjälper till att öka gemensamhetskänslan. Tag kontakt med någon i styrelsen så kan du få komma och prova. Vi kommer inte att beställa hem fler byxor än vi har i lager eftersom helsvarta byxor är lätta att köpa själv – antingen via nätet eller ute på tävlingarna. Så passa på och köp av kvarvarande lager. Tävlingsblusar kommer vi däremot att ha i lager.

Priset för kvarvarande byxor är 200 kronor för medlemmar 18 år och äldre. Ungdomar betalar 100 kronor.

Priset för en tävlingsblus är 500 kronor för medlemmar 18 år och äldre. Ungdomar betalar 250 kronor. Du kan välja mellan lång och kort ärm.

## Nästa styrelsemöte

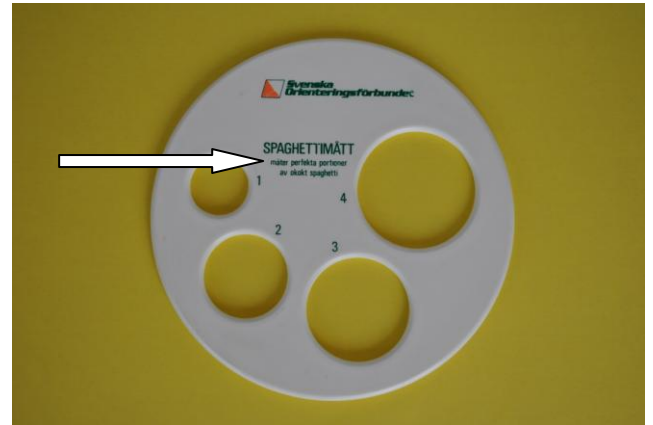
Måndagen den 22 augusti har styrelsen sitt nästkommande möte. Hör gärna av dig till någon i styrelsen om du har frågor, förslag eller övriga synpunkter på verksamheten.

## Hur tänkte ni här SOFT?

För flera år sedan fick jag ett spagettimått. Ni vet ett sådant som man mäter portioner med. Det var SOFT, Svenska Orienteringsförbundet som vid någon kampanj för rätt kosthållning för idrottare, givit ut dem. Mitt exemplar hamnade i en låda och låg länge bortglömt. Men för en tid sedan kom det fram, och det var då upptäckten gjordes! På måttet står det ”mäter perfekta portioner av okokt spaghetti”. Orientering betraktas allmänt som en sport för intellektuella, men här var det tydligen någon som inte tänkt riktigt klart och i sin vurm kanske blivit något för övertydlig. För



vem står och mäter redan kokt, slipprig spaghetti? Har flera gånger, med ett leende på läpparna, tänkt på hur det skulle vara att mäta färdigkokt italiensk mat men då följer man ju inte instruktionen.



**Styrelsen  
önskar alla  
en  
skön sommar!**



## Tävlings- och träningsprogram för sommar och höst 2016

Dag	Datum	Arrangemang	Banläggare/arrangör	Kategori	Plats/karta
<b>Ti</b>	<b>5/7</b>	<b>Tjust 2-dagars</b>	<b>Gamleby OK</b>	<b>Dag, lång</b>	
<b>On</b>	<b>6/7</b>	<b>Tjust 2-dagars</b>	<b>Gamleby OK</b>	<b>Dag, lång</b>	
Ti	12/7	NOK-träning	OK Kolmården	Dag	
Ti	19/7	NOK-träning	HOK / Fredrik Urberg	Dag	Ekön
To	28/7	Träningsstävling	Peter Njord	Dag	Gusum
<b>To</b>	<b>4/8</b>	<b>Stjärnorpsprinten</b>	<b>OK Denseln</b>	<b>Dag, medel</b>	
Ti	9/8	NOK-träning	IFK Norrköping	Dag	
<b>To</b>	<b>11/8</b>	<b>Tjällmotträffen</b>	<b>Tjällmo-Godegårds OK</b>	<b>Dag, medel</b>	
Ti	16/8	NOK-mästerskap	Norrköpings AIS	Dag	
To	18/8	Träningsstävling	Hannes Carlsson	Dag	Valdemarsvik
<b>Sö</b>	<b>21/8</b>	<b>Ramunderträffen</b>	<b>Skogspojkarnas OK</b>	<b>Dag, medel</b>	
Ti	23/8	NOK-trä. + U-serie	Finspångs SOK	Dag	
Ti	30/8	NOK-trän. + U-serie	OK Kolmården	Dag	
To	1/9	Träningsstävling	Andreas Hellgren	Dag	Tryserum
<b>Fr</b>	<b>2/9</b>	<b>DM Natt</b>	<b>Mjölby OK</b>	<b>Natt</b>	
<b>Sö</b>	<b>4/9</b>	<b>DM Lång</b>	<b>Tjalve IF</b>	<b>Dag, lång</b>	
Ti	6/9	NOK U-serie	Matteus SI	Dag, sprint	
<b>Lö</b>	<b>10/9</b>	<b>DM Medel</b>	<b>Motala AIF OL</b>	<b>Dag, medel</b>	
<b>Sö</b>	<b>11/9</b>	<b>DM Stafett</b>	<b>Motala AIF OL</b>	<b>Dag, stafett + ind.</b>	
To	15/9	Träningsstävling	Anders Kling	Dag	Valdemarsvik
<b>Lö</b>	<b>17/9</b>	<b>NAIS-träffen</b>	<b>Norrköpings AIS</b>	<b>Dag, medel</b>	
<b>Sö</b>	<b>18/9</b>	<b>NAIS-träffen</b>	<b>Norrköpings AIS</b>	<b>Dag, lång</b>	
Lö	24/9	KM Dag	Gamleby OK	Dag	
Lö	1/10	NOK U-serie, stafett	Tjalve IF	Dag, stafett	
Ti	4/10	NOK-träning	Skogspojkarnas OK	Natt	
Fr	7/10	KM Natt	Fredrik Urberg	Natt	Barken
Ti	11/10	NOK-träning	OK Denseln	Natt	
<b>Sö</b>	<b>16/10</b>	<b>Älgfritt</b>	<b>OK Motala</b>	<b>Dag, medel</b>	
Ti	18/10	NOK-träning	Tjalve IF	Natt	
<b>Lö</b>	<b>22/10</b>	<b>Helg utan älg</b>	<b>Garda OK</b>	<b>Dag, lång</b>	
<b>Sö</b>	<b>23/10</b>	<b>Helg utan älg</b>	<b>Garda OK</b>	<b>Dag, medel</b>	
Ti	25/10	NOK-träning	OK Kolmården	Natt	
<b>Lö</b>	<b>5/11</b>	<b>Svartåfejden</b>	<b>Mjölby OK</b>	<b>Dag, medel</b>	
<b>Sö</b>	<b>6/11</b>	<b>Novembersprinten</b>	<b>Mjölby OK</b>	<b>Dag, stafett</b>	

**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. Ovanstående tävlingar och träningsstävlingar är – med något undantag - bara det som arrangeras i Östergötland. Framför allt under juli finns massor att välja på runt om i Sverige. Ta med kompass och skor på semestern! Du kan själv anmäla dig till tävlingar via [eventor.orientering.se](http://eventor.orientering.se), eller anmäla dig till O-ledaren Fredrik Urberg, tel. 0123/20311. (mobil 070/6685262), senast 14 dagar före aktuell tävling. Anmälan i öppna klasser sker direkt på tävlingsplatsen. **Ställ upp om Du anmält dig!** Vid utebliven start står du för kostnaden själv. Träningsstävlingarna kungörs av banläggaren på anslagstavlan vid Banvallsstugan samt allmänna anslagstavlor i Valdemarsvik och Gusum. Du kan även se programmet i kalendern på vår hemsida. **Alla är välkomna, även icke medlemmar.**