

MILRÖK

OK MILANS KLUBBTIDNING



December 2003



Tack för i år!



Året lider mot sitt slut och det gör även vårt verksamhetsår. Det kan vara nyttigt att stanna upp ibland och blicka bakåt för att kunna gå vidare. Ett årsslut är ett sådant tillfälle som ofta stämmer till eftertanke, vad har hänt under året?

Jag tycker att vi kan se tillbaka på ett händelserikt år, där våra poängtävlingar har visat att dom är guld värda för många klubbar. Vi kan också glädja oss åt Robbans gäng som går från klarhet till klarhet. Mycket annat har hänt och verksamhetsåret ser bra ut. Till nästa år får vi ta nya tag och se vilka målsättningar vi ska sätta upp för klubben.

Jag träffade en person som jobbar inom skolan men har inte någon knytning till orientering, hon sa att orienteringsungdomar är mycket trevliga och har ett väldigt fint socialt uppträdande. Det säger mig hur oerhört viktigt det är, att vi jobbar vidare med att låta ungdomar upptäcka tjusningen inom orienteringssporten.

Ni läste säkert i tidningen om att man ska satsa pengar som ska komma idrottsföreningar till del, låt oss gemensamt hitta nya och framkomliga vägar för att profilera vårans sport.

Vi tar nya tag och ser fram mot ett nytt spännande verksamhetsår, med för vår del en ny modell för tredagarstävlingen som ska bli spännande att följa. Mycket mer kommer att ske under året, låt oss alla ställa upp för att våra arrangemang ska bli lika bra om inte lite bättre.

Ha ett riktigt gott nytt år allesammans!

Ps. När detta skrivs har inte julsaluten avgjords, hoppas att det blev en skojig tillställning i år igen (man kanske ska ställa upp nu när man inte har jour).

Väl mött i skogen

Morgan Johansson





<i>Innehållsförteckning</i>	<i>Sid</i>
<i>Ordförande har ordet</i>	<i>2</i>
<i>Den här sidan</i>	<i>3</i>
<i>Årsmöte 2004</i>	<i>4</i>
<i>Plädcherna klubbstugan</i>	<i>5</i>
<i>Summering tävl. 2003</i>	<i>6</i>
<i>Poängtävlingar 2004</i>	<i>7</i>
<i>Klubbmästerskap i 5-kamp</i>	<i>8</i>

Milrök på nätet!

Detta är nr 4 2003 av *Milrök* på nätet.

202

MEDLEMSNYTT

Nya medlemmar

Gun-Britt o. Martin Lindholm, Smultrongränd 6,
713 33 Nora

Adressändringar

Malin Jacobson, Västeråsv. 14B, 692 23 Eskilstuna
Cecilia Karlsson, Stadsskogsvägen 10, 713 33 NORA

Så här många använder denna möjlighet idag.

Vi är glada för detta och hoppas naturligtvis att fler följer efter när de får möjlighet.

Tänk också på att ni får möjlighet att läsa och skriva ut Milrök i färg!!!!!!

Det går rykten att några medlemmar inte fått någon Milrök under året. Hör av er så hjälper vi till att ordna detta!!

Kom ihåg att meddela ny mailadress om ni byter.

PerB

Medlemsantal

406

Adressändringar meddelar du till:

OK Milan, c/o Stefan Öberg,
Barkvägen 1
713 30 NORA

E-postadress:

stefan.oberg@mbox301.swipnet.se



OK Milan
50 år
1952 - 2002



ALLA MEDLEMMAR HÄLSAS
VÄLKOMNA TILL

OK MILANS ÅRSMÖTE

SÖNDAG 25/1 KL. 17.00 I KLUBBSTUGAN

FÖRUTOM SEDVANLIGA
ÅRSMÖTESFÖRHANDLINGAR KOMMER VI ATT TA
BESLUT OM HUR VI SKA GÅ VIDARE MED
KLUBBSTUGAN (ENLIGT DET BESLUT SOM TOGS VID
SENASTE MEDLEMS MÖTET).

KOMPLETT DAGORDNING LÄGGS UT PÅ HEMSIDAN TVÅ
VECKOR INNAN ÅRSMÖTET.

FIKA SERVERAS

SAMMANKALLANDE I KOMMITTÉERNA KLALLAS
DÄREDTER TILL ETT
SAMORDNINGSMÖTE

söndag 1 februari, kl 17.00 i klubbstugan





OK MILAN

JOURLISTA FÖR STÄDNING OCH ÖPPETHÅLLANDE AV KLUBBSTUGAN VINTERN OCH VÅREN 2004



KLUBBSTUGANS OMKLÄDNINGSRUM ÖPPETHÅLLANDE

Medlemmarna själva låser upp/låser och släcker i samband med aktivitet.

Basta endast om ni är en grupp i samband med schemalagd aktivitet. Slå då på bastun när ni springer ut, för att begränsa strömförbrukningen.

Städning: Städmaterial finns i källaren, i omklädningsrummet och i städgarderoben i klubbstugan.

Saknas städmaterial kan du köpa på ICA-Punkten och sätta upp räkningen på OK Milans konto.

Om ni ej har en egen klubbstugenyckel kan ni tala med Nils-Gunnar Larsson, tel. 127 33, så får ni en nyckel mot en pant på 50 kr (återfås om man vill lämna tillbaka nyckeln). Om ni absolut ej vill vara med på städlistan, meddela Sven Jacobson tel. 129 37. Passar ej föreslagen vecka, kontakta någon på listan och kom överens om byte. **Ring gärna och meddela näste man/kvinna på listan, att de står på tur för städning**

Vecka	Namn	Telefon
3	Åsa Westerberg	13711
5	Sven Jacobson	12937
7	Korkeakoski/Andersson	14361
9	Jörgen Holmström	25051
11	Östen Eklöf	13191
13	Lars Hedström	50057
15	Per-Inge Israelsson	70008
17	Robert Andersson	073-3478812
18	Morgan Johansson	14160
19	Stefan Öberg	12416
20	Anders Eriksson	10357
21	Rolf Persson	12430
22	Johan Johansson	14112
23	Björn Fransson	27274
24	Anders Larsson	10430

Klubbstuge kommitté fram till årsmöte januari 2004

Uthyrning	Pierre Andersson	15230
Städlista	Sven Jacobson	12937 Sammankallande
Värme/VA	Bo Larsson	311964
Värme/VA	Jan-Olov Sandell	13126
	Jörgen Holmström	25051
	Hans-Erik Johansson	13044
	Lars Hacksell	14882





Summering 2003

Året som varit har bestått av både medgångar, motgångar, utlandsresor, felstämplingar, kavleframgångar och en hel radda DM-tecken samt alla resor till och från tävlingarna. Resor som går åt alla tänkbara väderstreck och oräkneliga mil, i bilar, minibussar, bussar färdas de land och rike runt för att mäta sina krafter med likasinnade ungdomar. Självvald väg genom osedd terräng med hjälp av karta o kompass, ofta ensam mot skogens hinder och klurigheter. Om inte det vore nog så väljer man ibland att tävla på natten, för att göra det hela lite svårare!

De är tjejer och killar i 14-17 årsåldern, mest tjejer av någon oförklarlig anledning, kanske är de tuffare.

O- ringen, ett av världens största idrottsevenemang med 12000 deltagare från 42 nationer sprang i år 5-dagarsorienteringen som gick av stapeln i Uddevalla. Emil Johansson, 5:a på en av etapperna i klassen H-15 samt Therese Korkeakoski som var 3:a samantaget i D-18 som stod för klubbens tätplaceringar.

Therese Korkeakoski, här utlånad till finska klubben Tampeeren pyreinte i samband med världens största orienteringsstafett. I damklassen startade 900 lag och där stod Tampeeren lag 1 också som slutsegrare.

Årets SM- budkavle avgjordes norr om Karlstad och här var det milans juniordamer i klassen D-20 som nådde längst av milanlagen. Kristin Jakobsson växlade som 17:e tjej ca 4 minuter efter täten på första sträckan. Hon växlade över till Therese som kanske gjorde sitt bästa lopp under säsongen. Therese var snabbast på sin sträcka då hon tog in 4 minuter på tätlagen och fanns med i tätklungan när det var dags för sista sträckan. Där ställdes 16-åriga Lovisa Berg emot landets bästa D-20 tjejer, och vid 5:e kontrollen höll hon fortfarande jämna steg med juniorlandslöparna. Men ett par missar på slutet gjorde att milanlaget ramlade ner till 21 plats. Men ändå väl godkänt med tanke på att tjejerna får springa samma klass ett par år till.

Lazer-dome är ett till synes uppskattat inslag i träningen, men naturligtvis inte lika uppskattat som den träning som väntar de närmsta månaderna, såsom snöpulsning och intervaller för att nämna några.

Emil Johansson 15 år knep 12:e platsen på årets ungdoms-sm och har under hösten tillsammans med Niklas Kranz, Tom Korkeakoski och Rickard Hedström haft framgångar i bla östgötakavlen och smålandskavlen i klassen H-16

Roberth





Poängtävlingar 2004.

Glöm inte att meddela startplatsen för nästa års tävlingar.

Ni har fått förslag men jag vill ha ett OK från banläggarna att allt är klart. Hör av er via mail eller telefon.

Det är viktigt att det inte blir ändringar efter det att inbjudan är utskickad i mitten av februari.

Banorna är inte lika akut i år då Roger hjälper mig med dem men 3 veckor före varje tävling tycker jag vore ett riktmärke då det måste finnas lite marginaler.

PerB



Gott Nytt År

önskar

Informationskommittén

Banläggning!

Påminner om att Henrik Petterson kommer att köra en studiecirkel i banläggning. Jag tror att det kan vara både nyttigt och roligt att få lyssna till en spännande cirkel om hur en banläggare tänker. Cirkeln startar någon gång i februari, håll uppsikt om anslag i klubbstugan och på hemsidan om startdatum. Vi kommer att sätta upp anmälningslistor i klubbstugan.

Morgan Johansson



KLUBBMÄSTERSKAP I 5-KAMP

Denna härliga sensommar dag kom det sju lyckligt ovetande kämpar upp till Norvalla.

De grenar som mötte dem var följande:

Spjut, 100 meter med 3 häckar, höjd, längd och diskus.

De deltagande var följande: ALU, Kim, Oskar, Jannicke, Tom, Jesper och Lovisa.

Första grenen kändes väldigt hemtam för mig då man "suttat" några sådana i mina dagar och de flesta kom nästan fram till straffområdeslinjen, så där behövde inga djur känna sig oroliga.

Nästa gren var 100 m med 3 häckar och här var det en hård kamp ända in till målsnöret.

Tredje grenen var höjd och vissa hoppare hade problem att ta sig över ingångshöjden som var sargen som går runt löparbanorna. Efter att Jesper hade missat på första höjden så tänkte jag föreslå att han skulle få räkna 100 m häck som första höjden, jag ville ju inte att han skulle bli utan poäng, men han klarade andra försöket så det behövdes inte.

Tilläggs kan väl att världsrekordet ligger på 2.45, ooops!!

Fjärde grenen var längd och här ville de tävlande låna mina "Nike Air", men var och en fick stå med sin egen utrustning. Dock inga u-båtar som vissa hävdade att Kim hade på fötterna.

Avslutningsvis så var det diskus. Här försökte Jesper med en ny taktik som gick ut på att försöka träffa tävlingsledaren, jag, under provkastet. Därigenom skulle jag bli förvirrad under poängsättningen och där ge honom högsta poängen. Men hans plan gick om stöpet då han missade mig med två kottars marginal.

Poängberäkningen gick till på följande sätt: 1:an fick 8p, 2:an fick 6p och sen minskade poängen ner till 1p för 7:an. Dock så var poängen lite anorlunda i sista grenen, Där var det : 10, 8, 6, 4, 3, 2, 1

Slutresultatet var följande:

1	Kim	38	Alltså klubbmästare 2003 blev KIM!! En applåd för honom. Jag vill med detta tacka för mig och jag kan utlova att alla som såg tävlingen hade riktigt roligt och det såg ut som om de tävlande hade roligt också.						
2	Jannicke	27,5							
3	ALU	27	Tack för att ni ställde upp och gjorde en rolig tävling av det.						
4	Oskar	23,5							
5	Jesper	19	GEORGE						
6	Lovisa	8,5							
7	Tom	6,5							

Resultat för spjut:

1. Kim 28.45
2. Jannicke 26.10
3. ALU 23.80
4. Oskar 22.50
5. Jesper 18.50
6. Tom 16.80
7. Lovisa 13.45

Resultat 100 m häck:

1. Kim 17.1
2. ALU 17.9
3. Jesper 18.5
4. Oskar 20.0
5. Jesper 14.5
6. Lovisa 14.8
7. Tom 14.9

Resultat höjd:

1. Kim 1.25
2. ALU 1.40
3. Oskar 1.30
4. Oskar 1.25
5. Jesper 1.20
6. Tom 1.15
6. Lovisa 1.15

Resultat längd:

1. Kim 3.53
2. ALU 3.50
3. Jesper 3.22
4. Oskar 3.81
5. Jannicke 3.50
6. Lovisa 3.22
7. Tom 3.05

Resultat diskus:

1. Jannicke 14.90
2. Oskar 14.65
3. Kim 12.15
4. ALU 16.70
5. Jesper 11.85
6. Lovisa
7. Tom

