



SNÄTTRINGE SKUBBAREN

NUMMER 3 2007 36/113

TIDNING FÖR SNÄTTRINGE SK:S ORIENTERARE



SNÄTTRINGE SKUBBAREN

Innehåll

- sid 2 Att springa kavel
- sid 3 Ledaren
- sid 4 Jag en Skubbare
- sid 5 En dag på läger, augustiläget
- sid 6 5-dagars
- sid 10 25mannakorten
- sid 12 Höst-öst mini
- sid 14 Sprey 2007
- sid 18 Ungdomsseriefinalen
- sid 20 Tjejklassikern
- sid 24 Östersjöns pärla
- sid 26 Höstlunken
- sid 28 Halikko
- sid 31 Kåseriet

Redaktion *SNÄTTRINGE-Skubbaren*

Nadja Dahlström, nadja_d@hotmail.com
Sofia Persson, sofiapersson_b@hotmail.com
Micke Nilsson, mickebra@gmail.com
Kristin Morén, nerom@bredband.net

Framsidan

Jesper Andersson på väg mot mål i Ungdomsseriefinalen 2007. SSK kom tre sammanlagt.

Internet

<http://www.snattringsk.a.se>

SSKs sponsorer är: 25manna, Snättringekiosken,

Huge Fastigheter

Innehållet i denna tidskrift utgör inte i något avseende Snättringe SKs officiella ståndpunkt eller åsikt.

**God Jul
&
Gott Nytt År
önskar redaktionen
Nästa manusstop 22 mars**

Att springa stafett

Hur det känns att bli uttagen till DM-stafetten tillsammans med klubbens två stora stjärnor.

av Göran Johansson

Det gällde i H180 klassen. Rune Rådeström och Göran Nilsson. Jag skulle springa 1:a sträckan. Jag brukar inte vara nervös men då var jag det. Ta det lugnt men du får inte vara mer än 10 minuter efter på startsträckan så ordnar vi resten.

När man fick kartan vid starten och såg att det var 2 olika stigvägval till första kontrollen då blev man lite lugnare. Jag var ca 5 minuter efter vid växlingen.

Rune tog in någon minut på täten och Göran körde över hela gänget så vi vann överlägset. Kanske därför man fick debutera i SSK:s förstalag på 25manna?

Man blir aldrig för gammal att orientera.



Göran Nilsson, Rune Rådeström och Göran Johansson, 1:a i H180.

Ett bra år för SSK

Sitter på "Höst-Öst" bussen mellan Istanbul och Ankara och skriver denna ledare. 10 dagars resa med 12 OL-skubb går nu mot sitt slut. Resan har gått via Danmark, Tyskland, Tjeckien, Slovakien, Ungern, Rumänien, Bulgarien och avslutades i Turkiet med bl.a. Istanbuls 5-dagars. Ett spännande arrangemang med bl.a. natt-OL inne i Basarerna (en inomhus marknad i Istanbul). Resan har bjudit på allt från 2 dm snö i Rumänien till +22^o vid Svarta havet. Det är både roligt och lärorikt att få komma till andra länder och springa. Att prova på deras förutsättningar med terräng och kartor är en upplevelse, men terrängen vid Paradiset slår oftast ändå de flesta ställen jag varit på.

Vintern närmar sig och snart har ännu ett år gått. Ett bra år för klubben på många sätt. Tävlingsaktiviteten har ökat, det som ju ändå är grunden i vår verksamhet.

Ungdomssidan är fortsatt stark och det är många nya ungdomar med familjer som tillkommit. Att hela familjen kan vara med är ju det fina med orienteringssporten. 3'e platsen på ungdomsserien som är den bästa på flera år visar tydligt att ungdomsledarna gör ett mycket bra jobb.

Skolorna jagar oss också och vill ha hjälp med kartor och banor till sin OL-undervisning. Göran J har haft fullt upp med att serva dem. Bra kartor och banor tror jag är

en förutsättning för att orientering ska upplevas roligt i skolan och viktig för vår rekrytering av nya ungdomar.

Glädjande är att Torsdagskul fått ett nytt ledarpar, Lisa och Therese som tagit över efter Williams mycket uppskattade ledarsats under flera år.

Ett klubbblägar i Sälén har vi haft som en del i förberedelserna inför O-ringen nästa år. 5-dagars kommer nog att bli riktigt roligt, och med många deltagare. Vi har förbokat 95 bäddar och det är ett 70-tal från klubben som redan visat intresse, det kan nog bli nytt klubbrekord.

Andra nya idéer vi testat var att köra KM samtidigt med våravslutningen, ett mycket lyckat drag som vi bör fortsätta med.

Vi har genomfört 25mannakorten med flaggan i topp. Mycket jobb av många medlemmar som Nadja och Agneta har hållit ihop på ett föredömligt sätt. Arbetsfördelningen mellan 25mannaklubbar under 25mannahelgen har hittat sin form och vårt samarbete med OK Södertörn fungerar väldigt bra.

Nu har vi vintern framför oss, då vi ska grundlägga konditionen inför nästa år. Klubben ordnar många olika typer av träningar så ni har inga ursäkter att inte vara med. Ju fler vi är ju roligare blir det.

Hoppas att se många av er i vinter.

// Göran

JAG EN SKUBBARE

Namn: Anna Berntsson

Ålder: 11 år

Bor: I parhus i Snättringe

Familj: Mamma Katarina, pappa Anders
och lillasyster Cecilia.

Varför började du orientera? För att mina kompisar Alva och Sofia redan gjorde det och då började jag också.

Hur ofta tränar du? Det blir mest på tävlingar och torsdagsträningarna. Ibland löptränar jag också men inte så ofta.

Största framgång: Jag väntar fortfarande på den.

Största besvikelse: Ingen direkt som jag minns.

Övriga intressen: Förutom sport, fiol.

Har du kabel-TV? Ja.

Senast lästa bok: Spökskeppet

Senast sedda film: Råttatouille

Beskriv din tandborste? Jag har flera. En är ljusgrön.

Vad åt du senast till frukost? Frukostbuffé på Finlandsbåten.

Beskriv dig själv: Galen i grönt. Nästan hela rummet är grönt. Glad är jag väl. Har många kompisar.

Vad tycker du om SNÄTTRINGE-Skubbaren? Jag brukar inte läsa den men nästa nummer ska jag läsa.





En dag på läger

av Jonas Kallhauge

Sista dagarna på sommarlovet var jag på träningsläger för alla ungdomar vid Charlottendal. Vi samlades kl 9 vid Holken för att gemensamt hjälpas åt att bära ner alla saker till torpet. Det första vi gjorde när vi kom fram var att springa en bana i skogen. Efter träningen badade vi. Det var 21 grader i vattnet. Sen slog vi upp tälten och åt lunch. Det var ca 10 tält. Jag delade tält med Simon, David, Erik och Jesper. På eftermiddagen sprang vi en träning till. Den var svår och gick i bergen bakom torpet.

Efter träningen badade vi igen med madrass. Till middag fick vi potatissallad och kött som vi grillat på den stora lägerelden. Till efterrätt grillade vi banan som vi stoppade choklad i. Sen bastade vi till klockan 10 i den vedeldade bastun. Sen la vi oss och sov som små stockar.



Jonas på augustiläget i Charlottendal.



Hinner kläderna torka till nästa dag?

5-dagars; Nöje eller Vansinne?



En veckas semester. Ett blött tält. Ett antal Baja-Major och iskallt vatten på 300 meters avstånd. Väckning vid 7-tiden för att alla ska hinna med sina starter. Starter för att springa med lera upp till knäna. Kläder som inte torkar till nästa dag eftersom det regnar. Varje dag i fem dagar. Till vilken glädje? Jo, för att vid ett 60-tal tillfällen få höra ett biip när data-chippet runt fingret stoppas ner i sin lilla låda. Blott de vansinniga kan göra detta frivilligt.

av Jörgen Hector

Å andra sidan är det roligt att tillhöra de vansinniga. Tävlingarna var jättefina och spännande, gemenskapen god och någon gång värmdes solens strålar även över

Mjölby. Och vi fick vara ute hela dagarna utan att se en enda mygga.

5-dagars är en variant av sällskapsresa. En resa med fasta rutiner och ett till stor del



Flis får alla på bättre humör.

givet sällskap. En resa med likasinnade. Inga grisfester, men väl givna nattliga diskussioner om vägval samt tårta när någon i klubben vinner en etappseger. Ett gemensamt firande som markerar just den lagkänsla som träder fram i denna annars individuella sport.

Vi hade tur med campingplatsen. Klubben fick en egen gata, förlåt, dike, att sätta upp tälten och husvagnarna vid. En del var klokare än andra och satte upp tälten på högre platser. Vi nybörjare tillhörde inte de smartaste. Nåväl, i mitten av veckan kom tre lastbilsslag flis och en snäll bonde med traktor som la flis där vi pekade. Humöret i tältlägret steg momentant!

Vi sprang också. Fina skogar och riktigt bra banor i förvånansvärt varierad natur. En etapp gick över rullstensåsar, Östgötsläätten till trots. En iakttagelse är att taktiken fick varieras efter starttid. Tidig start innebar jungfrulig skog med möjlighet att läsa naturen. Sen start innebar att skogen var perfo-

rerad med breda, leriga stigar som blott kartan kunde avslöja om de hade varit stigar även på morgonen eller om de trampats upp under dagen.

Det var mäktigt att se den stora målfällan med ett ständigt flöde av stora och små, sprinttempo och gångtempo om vartannat. Segraren i World Cup sprang nog om 30 personer bara inne i målfällan.

Några av oss sprang fort och en del sprang ännu fortare. Över lag lyckades Snättringe riktigt bra, med flertalet placeringar som överträffade förväntningarna. De båda pojkarna Hector lyckades över sina målsättningar medan föräldrarna behöver utvecklas ytterligare. Tävlingsmomentet nådde sitt klimax sista dagen, då jaktstart stod på programmet för tävlingsklasserna. Vi kan intyga att många av de små var rejält nervösa.

Innan veckan började hade vi en lång lista i huvudet på saker som vi tänkte göra under våra lediga eftermiddagar? Vadstena, Linköping, bada, Motala. Vad hann vi? Jo,



Ettappsegrar firas i klubben med tårta.

en något pressad eftermiddag kom vi iväg till Vadstena och lärde oss om S:t Birgittas liv och betydelse för vårt lands utveckling. De andra planerade utflykterna ersattes av löpning, tvätt, prisutdelningar, lek och samvaro.

Redan före vår egen orienteringsdebut var 5-dagars en myt. Myten talade om trängsel, regn och lera. I takt med att vi lärt oss begrepp som SI-pinne, TC och miniknat har myten förädlats och förändrats, dock fortfarande med avsaknad av bekvämlighet

som ledord. Efter 5 dagar i Mjölby kan vi bekräfta myten. Det är blött och lerigt, trångt och obekvämt att springa 5-dagars. Men också glatt och positivt, roligt och engagerande, vitaliserande och spännande. 5-dagars är ett roligt vansinne!

Familjens anmälan till 5-dagars 2008 är inte långt borta.

Familjen Hector; Elisabeth och Jörgen David och Simon sprang mest Frida och Cecilia var mest hos mormor, men hann också med en miniknat.



Årets tc.



Simon Hector, suverän vinnare av H10 O-ringen 2007. (OBS redaktionens text och åsikt. Även om ingen skulle ha tyckt att det varit för stora ord från en pappa.)



David Hector får pris i H12.

25mannakorten 2007

Sista jag skrev om denna tävling var det fortfarande några månader kvar till tävlingsdagen. Nu är det hela över för den här gången.

av Nadja Dahlström

De sista veckorna innan tävlingen var ganska hektiska med många möten mellan Agneta och mig. Anmälningar och förfrågningar kom in i jämn ström. Vi fick till slut så många efteranmälningar att det blev problem med starttiderna. Efter en veckas slit av Per och Agneta samt hjälp av Göran N ordnade det sig till slut på torsdagen innan tävlingen. Sammanlagt blev det ca 3000 anmälda till vår tävling, varav ca 450st var

efteranmälningar.

Både Agneta och jag, Nadja, skulle springa 25mannan dagen innan korten. Jag hade funderingar innan om jag och Agneta verkligen skulle kunna koncentrera oss på orienteringen eller om korten skulle ligga och gnaga i bakhuvudet under loppet. Det gick faktiskt bra för oss båda att koppla bort morgondagens tävling under loppet.

På tävlingsdagen var Agneta ute vid are-



Den populära markan med ständigt nya kunder.

nan redan vid 6-tiden på morgonen. Jag kom dit strax efter 7.00. Det var då redan full aktivitet på området. Direktanmälan hann knappt komma i ordning förrän det stod folk och ville köpa en öppen bana, fast det var över 30min kvar tills försäljningen skulle öppna. Det var ordentligt tryck på försäljningen av öppna banor hela förmiddagen. Det såldes ungefär 450 starter till direktbanorna.

Tävling löpte utan några större missöden.

Agneta och jag tycker att vi alla tillsammans har gjort ett bra jobb med denna tävling. Tack än en gång till alla som var med och hjälpte till. Utan er hade det inte fungerat. Nu återstår bara lite efterarbete för oss ansvariga.

Det är mycket jobb att vara tävlingsledare, men det är ett lärorikt och intressant arbete. Hoppas att det är fler i klubben som vågar sig på att vara tävlingsledare, speciellt tjejer.



I:a pris i D16 gick till Johanna Olsson i Täby. Alla priser förutom presentkort från Intersport har olika företag, personer och föreningar sponsrat med för ett sammanlagt värde av minst 30000:-. Tack alla.

Vad gjorde du på 25mannakorten?

Mats Johansson



Jag hjälpte till vid speakern med att få igång det hela där.



Martin Nyberg

Jag jobbade i Skara.



Marie Bjursäter

Jag satt vid direktanmälan.



Anna Tiderman

Jag satt och tog emot brickändringar och skrev ut resultat.



Therese Persson

Jag satt vid direktanmälan.

Höst-öst resa mini

Jonny Lundin tipsade om en resa som Hellas skulle arrangera till Litauen i oktober. Leif Hermundstad och jag anmälde oss.

Fredagen den 12 oktober var det samling på Skavsta flygplats i Nyköping för avresa till Riga i Lettland med Ryanair kl:12.05. Vi var 14 resenärer, 7 från Hellas, 2 SSK:are, 1 Södertörn och 4 från Rohden. Däribland en världsmästarinna i budkavleorientering i Skottland. Gissa vem?

Proffsiga researrangörer var Dalia, Vilas och Micke Nyberg.

Bekymren började redan i Riga då en resväska saknades. Den var kvar på Skavsta. Vi hade egen minibuss hela weekenden. Första anhalten var Rundalpalatset där det blev en guiderunda. Nästa stopp var middag innan vi for in i Litauen. Sköna snubbar, tullarna med sina skärmmössor. Sen blev det ölprovning på ett bryggeri med hundraåriga traditioner. Vi möttes med musik och sång nere i de djupa källarvalven. Hela tillverkningsprocessen gicks igenom och efter 6 glas öl skulle man sjunga allsång. Sverker Thirén tog upp "Det finns inga soldater mer....."

Jonny Lundin vann en 2 liters ölflaska i presentförpackning för att han kom ihåg grundarens namn. Sent omsider kom vi fram till Visaginas där vi skulle bo på hotell Gabriella. Då var klockan 23.30.

Lördagen inleddes med resa till Ingalina kärnkraftverk. Jättean-

läggning 5 gånger större än Forsmark om jag minns rätt. Tyvärr var det stängt på helgerna.

Tävlingarna startade vid 15-tiden på eftermiddagen i Zarasai. Det var ett gropområde, grop eller höjd det var frågan.



Välförsedd marka med mycket god mat..

Kartan var fri från stenar och branter och med fri sikt oftas.

Arrangemanget var enkelt om man jämför med Sverige men fungerade perfekt. Mest imponerad blev man av markan. Tält 3x5 m. Där fanns stort stekbord, kebab och grill. Meny: kryddiga korvar fläsk järpar, potatis, surkål med mera. Öl förstås. Markan sköttes av 3 personer (mamma och 2 döttrar) tror jag. De skötte även baren på lördagskvällen.

Arrangörerna bjöd in till samkväm i Zarasai kulturhus på kvällen med folkmusikband. Lokalen var något spartansk. Fasta bänkar runt väggarna och kala lysrör i taket. "Torsk i Tallin" ett tv-program med Killinggänget på 1990-talet var en kommentar när vi kom dit. Buffé och därefter dans. Då blev det fart på Stig Ekmo (Tullinge var där med ett gubbgäng) och Jonny Lundin. Tjejerna tyckte väl att vi var lite tråkiga så de bjöd upp alla svenskar på ringdanser. Därefter var det bara att bjuda igen.

Hittat på Hellas hemsida: "Det var nog tur för Sverker att det inte fanns någon bevakning på dansen, men din benspark höll hög klass."



Göran tog 3.e plats sammanlagt och vann sista dagen.

Sverkers svar: "Benspark, jag visade några intresserade litauiska löpare min rytmiska stegteknik vid uppförslutning."

Hemma vid midnatt tror jag.

Söndag frukost och ännu en tävlingsdag. Flera av oss missade skärmen vid startpunkten då man snitslar hela banan för HD10 med samma snitsel, så det var bara att vända tillbaka till startskärmen.

Resultaten räknades sammanlagt båda dagarna. På prispallen såg vi 5 stycken av oss. I alla klasserna från D10 till H70 fick de tre första i varje klass ett stort ölglas och diplom.

Avresa till Riga, cirka 20 mil bort. Där vi skulle bo på hotell Mantess i Gamla stan. Natlivet blev ett besök på en restaurang för lite mat.

Måndagen ägnades till fria aktiviteter. Shopping, besök på marknaden och kafébesök. Avresa till flygplatsen 13.00. En timme försenat flög vi hem till Sverige.

Vem var hon? Ingrid Olsson Järfälla numera Sjölander Rodhen.

En trevlig resa kan rekommenderas om det blir flera chanser för den här tävlingen går varje år.



Underhållning i Zarasai kulturhus.

Sprey 2007

Skotska 6-dagars

Agneta, Fredrik, Björn, Per och jag, Nadja åkte till Skottland den 2 augusti, för att åka runt i Skottland och för att springa det skotska 6-dagars.

Vi hade lite mer än två dagar på oss i Skottland innan den första tävlingen, som var den femte augusti. Vi åkte därför sakta upp från Edinburgh, dit vi flög, till Kingussie och Drumguish, där vi skulle bo i en hyrd stuga.

Dag 1

Dag 1 gick tävlingen i Alvie ca 30 min bilfärd från vår stuga. Det började regna på väg till start och sen höll det på nästan resten av

dagen. Dagarna innan hade de upptäckt mul- och klövsjukan i Surrey i England. Därför fick alla som gick till start doppa fötterna i desinfektionsmedel.

Jag sprang klassen D21L och hade denna dag 6,3 km. I denna skog var det fullt med vilthägn, som vi bara kunde ta oss över där de hade byggt stättor. Jag fick klättra över minst 7 stycken under min bana. På väg mot min tredje sista kontroll skulle jag springa igenom ett grönområde. Jag väntade



Björn på väg i mål, etapp 2.



Nadja klipper får.

mig därför tät skog, men det var det inte, utan det var ormbunkar som var högre än mig, som vi skulle springa igenom.

Efter tävlingen åkte Agneta och jag och handlade vid närmaste större matvaruaffär i Aviemore. Tyvärr var inte vi de enda som skulle handla där. Nästan alla grönsaker var slut, samma med pasta, frukt och bröd. Den butiken hade nog sin bästa omsättning



Porch House Drumguish By Kingussie, där vi bodde.

någonsin efter denna vecka. När vi kom tillbaka till stugan hade Eva och Göran anslutit sig till vår skara.

Dag 2

Denna dag hade regnet börjat redan på morgonen. Vi startade inte förrän efter 12.00, varför vi kunde ta det lugnt. Tävlingen gick i Balavil, som låg närmast av



Svärddans.



Efter etapp 3.

alla tävlingar vi skulle springa. Kön till parkeringen var lång, varför Agneta som startade först av oss fick bråttom till starten. Jag hade en bana som mätte 6,7 km med en stigning på 300 m. Banan var ganska tung och svårsprungen. Vi hade många branter och raviner att ta oss över.

Efter tävlingen skyndade vi oss för att hinna till ett whiskey destilleri innan de stängde för dagen. Vi kom fram fem min innan stängning och fick därmed inte plats på deras tur runt i destilleriet.

Dag 3

Dagen började som vi hade blivit vana, med regn och plus 11 grader. Idag skulle vi springa på en karta som hette Inshriach West. Här påminde skogen om hemmaterängen och jag hade en bana på 6,9 km och

”bara” en stigning på 175 m. Jag och Fredrik hade dock långt till starten, hela 2,4 km.

Efter tävlingen hade vi bråttom som vanligt. Vi ville ju hinna med så mycket turis-tande som möjligt. Idag stod det på tur att titta på en vallhundsuppvisning. Det var imponerande. Herden som hade uppvisningen ägde tillsammans med sin bror 20 vuxna Border Collies och 22 valpar. Dessa användes annars vid ihopsamlades att fåren i trakten.

Vilodag

Efter tre dagars tävling var det dags för en vilodag. Tur för mig, för under natten hade jag blivit ordentligt förkyld. Vi steg upp tidigare än vanligt för att hinna med allt vi planerat. Vi körde iväg mot Isle of Skye. På vägen dit stannade vi till vid Eilean Castle.

Detta är skottlands mest fotograferade slott. Slottet var också med när de spelade in filmen "The Highlander".

Dag 4

Tävlingen gick i Culbin nära Inverness. Culbin ligger alltså vid kusten och området bestod mest av övervuxna sanddyner. Vi hade den senaste starttiden av alla dagar. Jag startade inte förrän 13.22. Dagens bana mätte åter 6,9 km och kännetecknades av kluriga kontrollpunkter och riktigt stora riktningförändringar. Idag gick det bäst för mig av alla dagar, fast jag var förkyld. Här fanns som vanligt inga duschar, så vi fick åka till närmaste strand, viket låg i Nairn. Detta ska vara Skottlands finaste sandstrand. Den var riktigt imponerande, stranden sträckte sig så långt man kunde se. Vattnet var dock kallt och väldigt saltigt, varför jag bara plaskade av mig lite. Dagen slutade med ett snabbt besök i Inverness.

Dag 5

Nu gick tävlingen i Canerory. Jag startade först i min klass, nämligen kl 10.00. Min bana var 7.3 km lång och skulle enligt definitionen ha en stigning på 125 m. Det kan dock inte stämma, eftersom jag var uppe på kalfjället och sprang och hade flera kontroller på bergens sluttningar. Det var upp och ner hela tiden, plus att man skulle springa i ljung som räckte mig upp till knäna. Göran var inte heller så glad, efter denna tävling, för en av hans kontroller satt fel.

Efter tävlingen åkte vi för att

titta på Loch Ness odjuret, men hon ville inte visa sig för oss.

Dag 6

Den sista tävlingen gick i Anagach West and Heathfield. Min förkylning började ta ut sin rätt. Jag kände mig inte pigg och hade egentligen ingen lust att springa. Ville dock inte missa den sista dagen. Här var terrängen nästan som hemma, men med en massa gropar. Denna dag gick det inte alls för mig. Jag kom aldrig riktigt in i kartan och fick det därför inte att stämma. Hade också svårt att se på kartan vilka höjdkurvor som visade höjder och vilka som var gropar.

Efter tävlingen var det dags att skiljas åt. Eva och Göran åkte åt sitt håll och vi andra åkte ned mot Edinburgh. Nästa dag var det dags för mig att åka tillbaka till Sverige. Familjen Holgersson fortsatte att bila ytterligare några dagar i Skottland.



Nadja på väg i mål, etapp 3.

Ungdomsseriefinalen 22/9

Så var det dags för ungdomsseriefinal i Oppsätra äng, Tyresö. Arrangör var Hammarby IF. Tidigare under året har det varit deltävlingar i Nynäshamn, på hemmaplan i Källbrink och i Bagarmossen.

Snättringe låg på femte plats inför den avslutande finalen men med Tureberg och Järla inom räckhåll och Haninge och Täby i bakhasorna så det gällde att få med så många ungdomar som möjligt. Vi lyckades mycket bra och fick med över 50 st ungdomar till finalen dessutom ställde många i klubben upp och följde med som uppföljare.

re, ett stort tack till alla uppföljare.

Vi hade med barn från hoppeskuttgruppen från 4 år och upp till 14-åringar. Tyvärr saknas det äldre tjejer i 13 till 16 årsåldern. Tack vare att så många ställde upp och dessutom gjorde fina resultat så lyckades Snättringe passera både Järla och Tureberg och ta en mycket fin tredjeplats. OK



Ella Karlsson med mamma Yvonne som uppföljare.



Maria Bern med pappa Mats som uppföljare.



Jakob Tedhamre med mamma Anna.

Ravinen vann före Tullinge och det var första gången på över tio år som inte Tullinge vann.

Några fina resultat noterades av bland annat:

I H14 kom Tiemo Schramm på 4:e plats och Simon Fröjd på 7:e plats.

I H10 vann Simon Hektor med Jonas



Alfons Anteros Linnarsson med Mia Movin som uppföljare.

Kallhauge på 10:e plats.

Anna Kyili kom på 8:e plats i U3.

I U1D kom Vilma Karlsson 4:a, Frida Ekner 6:a och Cecilia Berntsson 10:a.

Från ungdomarna fick tävlingen bra betyg. Det var nära till starten ca 100 meter, ett fint TC och fin väg dit på en bro över en sjö. Banorna fick godkänt



Alva Karlsson och Anna Berntsson på väg mot mål (från en annan tävling).

med några långsträckor och lagom svåra kontroller. De som gick i mål tidigt fick välja på godispåse eller chipspåse när de kom i mål vilket var mycket uppskattat. Påsarna tog dock slut och de som kom i mål senare på dagen blev lite besvikna utan. Efter målgång fick dessutom alla ett orienteringsmärke. Det var kul att se att det var många mammor som passade på att vara uppföljare till de minsta barnen.

Tjejklassikern



Under året som gått har jag vid sidan om orienteringstävlande och mitt jobb som en av tävlingsledarna för 25mannakorten även haft som mål att klara av Tjejklassikern.

Det började med Tjej Vasan (30km) i slutet av februari och då hade jag inte alls börjat fundera på någon Tjejklassiker. Jag skulle åka mitt 5:e Tjej Vasalopp, jag hade tyckt att fyra Tjej Vasalopp kunde räcka och att fyra diplom på vägen såg bra ut, ett femte skulle störa ordningen, men jag blev övertalad till att ställa upp igen. Den här gången startade jag med väldigt lite skidåkning i benen, mycket beroende av att det inte fanns så mycket snö under vintern. Mitt mål var att klara mig under 3 timmar. När starten hade gått och jag hade tagit mig 2 km till Oxberg så lovade jag mig själv att aldrig mer, nu får det vara slut. Det kändes tungt och skidorna ville inte ta mig fram, hur skulle jag klara mig till Mora? P.g.a. av att jag hade haft en bra tid året innan så hamnade jag i ett av de främsta leden och det kändes som om alla bara svepte förbi mig i spåret, jag stod stilla. På slutet fick jag kramp i ena vaden, men bet ihop och skidade vidare. Till sist kom jag äntligen fram till

Mora och fick se klockstapeln. Jag var lycklig att komma i mål och jag klarade tiden som jag hade satt som mål, även om jag hade hoppats på en bättre tid. Tiden blev 2.59.56, över 30 minuter sämre än året innan, men ändå under 3 timmar med 4 sekunders marginal! När jag väl hade kommit över mållinjen så var jag arg på mig själv och min tid och bestämde att det här inte var sista gången, jag måste åka igen och få en bättre tid. Jag tog då även beslutet att nu får det bli en Tjejklassiker under året, mycket som ett straff.

När våren började närma sig var det dags att börja tänka på nästa gren i Tjejklassikern, cykel och Tjejevättern (90 km). Jag åkte till Cykelcity och sa: "Hej, jag vill köpa en racercykel, jag ska cykla Tjejevättern, och jag vet inget om cyklar". Det blev en fin blå och vit racercykel. Premiärturen på cykeln blev under påskhelgen i Skåne, inte en backe fanns det. Mina tränare senare under våren när det gällde



Inför första träningsrundan.



Och första turen på nya cykeln.

cykeln var främst Per, Kristin och Mika, de lärde mig hur man cyklar och drog mig fram på flera träningsrundor runt Södertörn. Dessa cykelturer orsakade även en del sår på mina knän, p.g.a. av att jag glömde bort mig ibland när vi stannade. Jag satt ju fast med fötterna och vad händer då när man stannar och inte tar loss fötterna, jo man ramlar pladask åt ena hållet. Det bästa med dessa träningsrundor var fikapauserna så det gjorde inget att knäna blödde eller gjorde ont. Jag kan varmt rekommendera caféet vid Sturehof samt caféet vid Grindsjön. I juni var det så dags för Tjejevättern. Per körde ner mig till Motala och var min coach innan start. Jag blev lite förvånad när jag stod vid starten, jag var väldigt ensam med racercykel. Det fanns alla sorters cyklar, tantcyklar med cykelkorgar, cykelväskor, mountaincyklar, tandemcyklar och några racercyklar. Hade jag missat något, vad hade alla i sina cykelkorgar eller väskor, fanns det inga vätske/matkontroller under

vägen? Själv hade jag en liten, liten väska under sadeln med extra slang, något verktyg, solstift samt min mobil, utöver det hade jag även 2 vattenflaskor. Vädret denna dag var strålande, solen sken och det var väldigt, väldigt varmt. Vi uppmanades att dricka mycket hela tiden. Starten gick och vi kom iväg. Jag hade bra fart i början och lade mig bakom några tjejer som verkade hålla samma fart som jag. Första vätskekontrollen missade jag av bara farten, det gick ju så bra. Vid de nästkommande vätskekontrollerna stannade jag och drack blåbärsoppa, åt saltgurka, mums vilken kombination. Jag drack även en hel del vatten eftersom det var så varmt.

En rolig händelse vid en av vätskekontrollerna var tjejen som hade låst sin cykel och som sedan upptäckte att hon hade tappat nyckeln. Jag vet inte hur det gick för henne, när jag lämnade kontrollen håll hon på med att säga upp låset.

Vid 60 km fick jag kramp i ena vaden,



Badmössan som var nummerlapp var liten och svår att få på sig.

samma vad som under Tjej Vasan. Jag blev tvungen att stanna till ett tag och då tappade jag bort tjejerna som jag legat på rulle efter. De sista 20 km cyklade jag ensam. När så skylten med Motala kom och jag var på väg mot mål så kändes det som om jag flög fram på gatorna i stan, folk stod och hejjade och det är nog samma känsla som cyklisterna har när de kommer i mål på Tour de France. Det var en underbar känsla och jag

var så nöjd när jag kom i mål. Tiden blev ca 4 timmar och 13 min. Efter målgång fick alla ett gott mål mat.

Nu närmade sig den del i Tjejklassikern som jag var mest orolig för, simningen, Vansbro Tjejsim (1000 m) i början av juli. Jag är inte den bästa simmaren och simmar enbart bröstsim och det går långsamt. En tidig morgon åkte jag till Huddingeallen och testade om jag skulle klara av att simma 1000 m. Det var varmt och skönt i bassängen och inga vågor, och jag klarade av 1000 m. Nu var den delen avklarad, nästa var kylan, hur skulle jag klara av den? Jag är ju en badkruka och vill helst ha över 22 grader i vattnet innan jag stoppar ner tårna. Jag fick låna en vådräkt med korta ärmar och ben. Helgen innan Vansbrosimningen testade jag vådräkten i sjön Valdemaren, Flen, och till min överraskning så fick jag utmärkt flythjälp av dräkten, jag behövde inte vara orolig att jag skulle sjunka.

Per och jag åkte upp till Vansbro kvällen innan tävlingen. Jag hämtade ut nummerlappen som bestod av en ful orange sim-



Det gick lättare när man simmade på rulle.

mössa. Jag hade stora problem att få på mig simmössan, den var ju så liten och jag fick försöka många gånger innan jag lyckades få på mig den, jag blev tvungen att blöta ner allt hår för att få på mig mössan. Jag startade i en av de sista startgrupperna och efter uppvärmningen i tonerna av Måns Zelmerlövs "Cara Mia" gick startskottet och vi tog oss ut i Västerdalälvens vatten. Det var 17 grader i vattnet, men det kändes inte kallt alls. Vi bak i ledet hade det roligt med glada tillrop av funktionärer och av oss själva, och vi tog det väldigt lugnt. Jag upptäckte att det även gick att ligga på "rull" när man simmar och på så sätt slapp man en del av motströmmen. När man kom i mål fick man en kram av kransmasen och efter dusch och ombyte så blev man serverad mat vid sittande bord av tjugiga killar. Min tid blev 32:35, och det är jag väldigt nöjd med. Själva simningen var trist men det var inte alls så läskigt som jag hade trott. I september så blev det så dags att knyta på sig joggingskorna och börja träna löpning inför sista grenen, Lidingö Tjejlopp (10 km). Under året hade jag mest sprungit orientering och undvikit att springa på spår. Jag upptäckte att det är skillnad att springa i skog och på hårda spår, orientering är ju så mycket roligare. Jag hann med några varv ute vid Ågesta på 6 km-spåret. Det var väl inte den absolut bästa träningen, jag borde ha börjat tidigare. Jag laddade däremot upp med att dricka sportdryck dagarna innan start, eftersom jag var rädd att jag skulle få kramp i vaden igen. Den 30/9 gick så starten vid Grönsta gårde och vi började med att ta oss uppför en lång backe. Jag hade som målsättning att klara 10 km under 60 minuter och det såg bra ut i början. När jag så kom till ökända Abborrbacken så insåg jag att jag inte skulle klara 60 minuter och

drog ner på takten och gick uppför halva backen. Det trista med Lidingö Tjejlopp var att det var så lite publik utmed de sträckor där man mest behövde uppmuntring. Det hjälpte inte ens att det spelades Sven-Ingvars (som jag diggar) strax efter Abborrbacken, jag fick ändå inte mer fart på fötterna. Min tid blev 1.06.07 och jag klarade mig från kramp.

Nu var äntligen Tjejklassikern avklarad och så här efteråt är jag väldigt nöjd med mina insatser. Nästa år blir det Halvklassikern och inför den så ska träningen starta mycket tidigare, har faktiskt redan börjat.

Även Per klarade av en klassiker under året, han tog en Svensk Klassiker men det är en helt annan historia.



Nöjd Agneta har klarat Tjejsimmet i Vansbro.

Östersjöns pärla

I 15 SSK-damers storsatsning detta år ingick Helg utan Älg på Gotland, världsberömd tävling inom orientering (i alla fall bland SSKs damer). Vi åkte för att orientera, umgås, äta gott, bo bra och inte minst shoppa loss. För dessa ändamål har Helg utan Älg blivit en tradition ingen av oss damer vill missa.

Tio av oss åkte i två bilar med förmiddagsfärjan fredagen 19 oktober för att riktigt hinna med några av de viktiga delar denna tävlingshelg består av, äta gott och shoppa loss. Visby är underbart så här års. Ingen trängsel i affärer och ett lugnt tempo som får oss stressade fastlandsdamer att tagga ner.

När vi checkat in på vårt vanliga hotell vid Almedalen och hälsat på den lilla damen som server alla oss, vilket slit, skyndade vi oss ut på byn. Monica hakade på Ann Johansson och mig i tron att vi inte gick i alla affärer. Har hon ingen verklighetsuppfattning? Har hon blundat i alla dessa år? I Ann Johansson hade jag hittat min perfekta shoppingkompis. Vi tittade in i alla öppna affärer, scannade av blixtnabbt. Fanns det inget av värde, ut och in i nästa affär. Måste hinna alla innan de stänger.

Yes, i den grenen var vi oslagbara. Monica hade svårt att hänga med. Vi fick lotsa henne med vår rutin. Hur tror hon att vi får ihop våra träningsrundor? Monica blev helt slut och fick bryta innan målgång. Vi mötte

henne sedan på middagsrestaurangen. För vi körde stenhårt utan att passera hotell innan mat.

På restaurangen var det tapasbuffé. Perfekt. Vi tog mat i flera omgångar.



Kristin med egna älgar.



Från höger Lena, Kristin, Kerstin Movin, Gunilla, Kerstin Paulsson, Ulrica Møllergård, Ann Mårts, Vivianne, Ylva och Garnet. Agneta fotade och syns därför inte på bilden. Övriga som var med på resan men som inte syns på bilden är Ann Johansson, Eva Nilsson, Monica och Kerstin Eriksson.

Restaurangen hade dessutom Happy hour. Jag passade på att prova två gotländska ölsorter. Sedan blev jag trött och tyckte volymen var för hög. Fick skrika när jag skulle prata och blev hes. Kan inte tänka mig att det beror på min ålder. Ann visade sig också vara den perfekta kompisen att dela rum med. Vi var lika trötta på kvällen, så jag fick sällskap tillbaka till hotellet.

Nästa morgon var det dags för första tävlingsdagen. Jag satt och funderade på vad OL står för? Är det orienteringslekar? Fick veta att det står för orienteringslöpning. Löpning också? Varför har ingen berättat?

Nu efter ett halvt sekel har jag tyckt att det är dags att ibland lämna motionsklass. Speciellt när tävlingsklassen inte är längre utan ibland t.o.m kortare. Därför hade jag anmält mig till D50. Funderade igen på om alla i min klass visste vad OL stod för? Gav mig ut, gjorde som jag brukar, en kontra-

kurs, hakade på några som inte skulle ha min kontroll, virrade lite och sprang sedan i mål. Var inte sist och var därmed mycket nöjd med mitt resultat.

Till kvällsmiddagen hade vi förbokat samma restaurang som alla andra i Visby. Gör inte det. Vi fick vänta 1 1/2 timme på vår förbeställda mat. Vi lyckades också få bord mitt i ytterdörrens drag. Isande vindar kom in varje gång någon öppnade dörren.

Nästa dags tävlingar gick på samma sätt som dag 1. Jag kom inte sist. Jag kom inte sist sammanlagt heller. En lyckad tävlingshelg med andra ord. För visst räknas de som inte tar alla kontroller?

p.s. Tävlingarna var bra och trevliga. Alla var seriösa och sprang efter sin förmåga. Efter att arrangerat en liten del i 25-mannakorten håller jag med Agneta och Nadja som hade huvudansvaret: Klaga aldrig i onödan. Här fanns inget att klaga på.

Höstlunken

Söndagen den 4 november var det åter dags för vår årliga patrulltävling Höstlunken, och i år var målet beläget vid Ballingnässkolan och banorna gick i skogen runt Mörtsjön. Den skogen är tämligen tuff och där kontrollerna mer eller mindre alltid ligger högst uppe på de höga bergen som finns.

Efter att inte haft möjlighet att vara med antingen som funktionär eller som tävlande under några år hade jag i år inte fått någon uppgift under tävlingsdagen och efter lite funderingar bestämde jag mig för att jag skulle vilja springa. Det slutade med att jag bildade patrull med pappa (Olof) och vi bestämde att vi skulle springa i klassen Mix.

Efter att ha kämpat oss igenom den 9,6 kilometer långa (jag kämpande och pappa lunkande) där jag än en gång konstaterade att terrängen är tung och tuff och utan några större misstag var det trevligt att få varm blåbärssoppa när vi kom fram till mål på placering 27.

Inför dagen hade vi satt upp två mål för tävlingen varav vi klarade ett. Det första målet var att vi skulle slå de övriga två patrullerna från klubben som sprang samma klass, nämligen Ulrica och Anders Møllergård samt Anna Tiderman som bildade patrull med pojkvännen Kim Isaksson. Det var även detta mål som vi lyckades klara. Det andra målet var att vi skulle gå

under två timmar men det målet missade vi med ungefär 3 minuter.

Mer om Höstlunken

På årets Höstlunk var 230 patruller anmälda och 198 startade. Dessutom sprang 210 stycken direktanmälan. Det fina vädret gjorde att fler kom på direktanmälan än beräknat trots att det var en kall dag. Det gjorde att kartorna med förtryckta banor tog slut. Många fick rita in sina banor själva, men det var ingen som klagade utan alla var på gott humör. Speciellt för årets Höstlunk var att det serverades blåbärssoppa vid målgång. Resultat för Snättringes löpare blev:

H21B, 6:e plats för Urban Freij och Petri Helminen.

D17-20, 2:a plats för Jenny Dahlström och Lisa Johansson.

Mix, 27:e plats för Therese och Olof Persson,

34:e plats för Ulrica och Anders Møllergård.

Motion 10:e plats för Stefan Granath och Urban Gustafsson

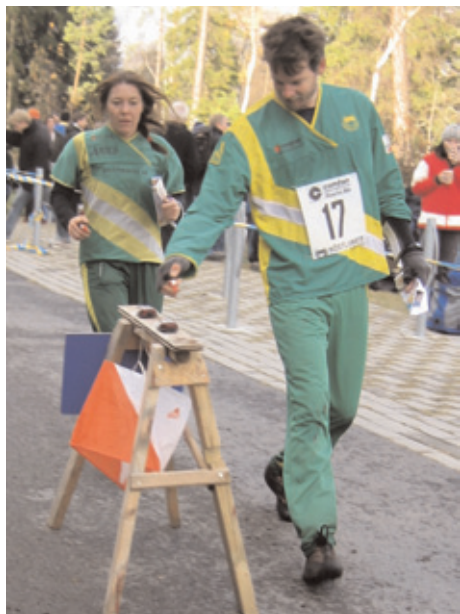
16:e plats för Carl-Gunnar och Per-Arne Forsberg, SSK resp TSK.



Jenny Dahlström och Lisa Johansson på väg mot sista kontrollen innan mål.



Prisutdelning för Lisa och Jenny som tog andraplatsen i D17-20. Björn Silwén var prisutdelare.



Ulrica och Anders Møllergård målstämplar.



Urban Freij och Petri Helminen.

Halikko 2007

Fredagen den 12 oktober klockan 18.15 samlades 22 Snättringelöpare på Siljaterminalen i Värtahamnen, redo att söka lyckan i de finska orienteringsskogarna på årets upplaga av Halikko-kaveln. Stafetten har 15 sträckor och anordnas varje år av klubben Angelnaimen Ankurri.

Tidigare år har Snättringe ibland kunnat ställa upp med så många som tre lag i tävlingen, men i år räckte uppslutningen bara till ett – med en massa reserver. Och tur var väl det när tre löpare fick förhinder eller skadade sig dagarna innan avfärd.

Efter en stadig bufféfrukost ombord på båten packades vi på lördagen in på bussar som tog oss från Åbo ut till TC. Frost låg i gräset och det var många som huttrade under lager av underställ, mössor och halsdukar. Starten skulle gå klockan 11 och vår förstasträcka springas av Micke Nilsson. Micke gick ut fint men bommade under loppet och kom in som 85:a. Han växlade ut till tre starka damer på andrasträcka: Therese Persson, Anna Tiderman och Maria Movin.

I väntan på min egen tur att springa spatserade jag och kompisarna runt på TC. Mina klarröda gummistövlar fyllde sin funktion alldeles utmärkt genom att hålla väta och lera ute (till skillnad från Anna



Jenny Dahlström



Jenny Dahlström, Sofia Persson och Marie Bjursäter läser kartan.

Tidermans, som var sönder och läckte in vatten), men trots dubbla strumpor och evigt vickande på tårna så domnade fötterna snart av. Då och då retirerade vi in till sporttältet för att trängas framför en av de två gasolfläktar som fanns där inne. I mitt stilla sinne undrade jag om det var sannolikt att känseln i fötterna skulle komma tillbaka någon gång under dagen, innan dess att vi klev på den varma bussen på väg till terminalen...

När sträcka två hade växlat ut till den korta tredjesträcka, bemannad med Sanna Morén, Lisa Johansson och Martin Nyberg låg Snättringe på 90e plats. Det var dags för mig, Nadja Dahlström och Claes Andersson att lämna klubbttältet och ta plats i växlingsfällan, för den här sträckan på 2,5 km visste vi skulle gå undan. Och mycket riktigt,

snart kom Sanna in på upploppet och kort därefter växlade Martin ut mig. Äntligen var jag iväg! Vi hade blivit varnade för att vara alltför ivriga vid starten; banorna från och med sträcka 4 skulle nämligen tillbaka till startpunkten efter varvningskontrollen, och därifrån utgick banans sista slinga. Det gällde alltså att hålla i sig så att man verkligen sprang mot kontroll 1. När det väl var fixat så var det bara att ösa på. Terrängen var fin och vid tredje kontrollen hade värmen spritt sig ända ner till fötterna igen.

Jag växlade ut Olof Persson på femtesträcka,

och snart skulle även Jonny Nilsson och Sofia Persson få sticka iväg. Snättringe har en rätt så olycklig historia med alltför många felstämplingar på Halikko, men jag fick mitt "OK" av den finske brickavläsaren och kunde lättad gå tillbaka till klubbttältet. Där fick jag oroliga blickar av klubbkamraterna som undrade om jag hade slagit i huvudet, för tydligen hade jag en stor blodfläck vid tinningen. Det var jättekul att få känna sig hård och häftig ett tag men snart blev jag tvungen att erkänna att blodet bara var ett avtryck från handen som jag skrapat upp i en vurpa strax innan varvningen. Nåväl.

Vi det här laget hade elitlagen börjat närma sig målgång, och just som Olof dök upp på upploppet, så dundrade även sistasträckslöparen i vinnarlaget MS Parma in.



Micke Nilsson



Martin Nilsson

Olof fick alltså trängas i klungan av lyckliga Parma-löpare och springa i mål till applåder, heja-rop och vinnarmusik, inte illa!

Jag vill påstå att den värsta sträckan på Halikko är sträcka 14, damsträckan. Detta på grund av att det är "insamlingssträckan" som måste vänta in alla 3 löpare på 5e sträckan innan hon själv får springa iväg, och vid det laget brukar man vara rätt frusnen. Jenny Dahlström klagade dock inte och hann springa ut innan omstarten. Det gjorde dock inte vår sistasträckslöpare, som var ingen mindre än – Micke Nilsson, igen! Eller som han hette på resultatlistan: Karl-Emil Nilsson. Jag var imponerad redan innan jag fick höra att den sammanlagda banlängden han hade sprungit på 25manna var ännu längre...

Karl-Emil Nilsson sprang Snättringe SK till en 76e plats, och när han kommit i mål fick vi hämta ut kartorna och börja jämföra vägval. Men snart var det dags att packa ihop tält, väskor och oss själva för att knata till bussarna som skulle ta oss till terminalen.

Resan avslutades på sedvanligt vis med buffé och fest på färjan. Buffén var lika delikat som vanligt, och vid bordet började vi redan planera inför nästa års tävling. Då ska vi minsann ställa upp med ett komplett tjejlag!



Anna Tiderman och Mia Movin

Luften är fri....?

Att tänka sönder. Eller att vara typisk. Eller bara vara.

av Kristin Morén

Jag fick ett uppdrag på jobbet att se Al Gores film. Efter det tänkte jag vilken tur att jag har cykelavstånd till jobbet och att jag dessutom cyklar. Nästan jämt med undantag av alla de gånger jag har bråttom efter jobbet till t ex torsdagsträningar. Inte för att jag tränar själv utan för att som jag tror hjälpa till. Nu är behovet att hjälpa till över för denna höst och jag cyklar mer. Al Gore skulle se.

Men inte cyklar jag bara för att jag såg hans film? Nej det finns fler skäl. Jag tror att jag ska bli smal och vältränad. En av mina jobbarkompis cyklar året runt för att hon ska ha bättre aptit och hålla vikten. Jag får väldigt god aptit av att cykla. Men muskler väger mer. Undrar hur mycket muskler som får plats på denna kropp?

Och så finns det ytterligare skäl. En morgon ville jag gärna ta bilen. Skulle ha varit bekvämt. Vi har många bilar i denna familj. Men ingen till mig som fungerade när det visade sig att Mika behövde bil i jobbet just denna morgon. Glömde visst nämna att han nästan jämt cyklar fast han har mer än dubbelt så långt till jobbet och inte sett Al Gores film. Vissa behöver inga skäl. Nåväl den ena bilen saknade bromsar och den andra o-ringen. Det är sant (tror jag), bilen behöver en ny o-ring. Men eftersom det är

en så gammal bil finns ingen o-ring att beställa till den modellen längre. Själv har jag inga problem med O-ringen. Har precis anmält mig. Var inte för gammal. Alla modeller fanns.

Alltså, bara att cykla till jobbet. Men när jag väl kommer iväg på mornarna är det en stor förmån att ha detta avstånd till jobbet. Jag har cykelväg nästan hela sträckan. När jag åker bil är det långa 30-sträckor. Det tar inte mycket längre tid att cykla, 15 minuter. Det är visserligen 50% längre tid än med bil men vad är det efter Al Gores film? Jag pigggar dessutom på mig på morgonen och hinner rensa bort stressen på vägen hem. Och så ska vi inte prata om hur duktig jag känner mig. Kliver inte av i någon uppförslbacke, har lyse på cykeln som jag använder när det mörknar. Har dessutom hjälm och reflexväst. Spyr inte ut bilavgaser. Behöver jag skriva mer?

Alltså, det bästa är gratis, nästan. Om man inte tänker på inköp av cykel, nya däck vid punktering, mer mat för att man är hungrigare, mer avgaser för att producera mer mat, uppvärmning av allt varmt vatten som går åt för att man måste duscha, tillverkning av alla läckra cykelkläder, nya cyklar, ännu fler däck, nej vad skriver jag. Jag som kände mig så bra nyss.

Snättringe SK

Funktionärer och kommittéer

Orienteringsstyrelse

Ordförande: Göran Nilsson	779 86 47
Vice ordf.: Agneta Holgersson	779 81 39
Sekreterare: Mats Johansson	608 23 96
Kassör: Anita Persson	746 69 32
Ledamot: Björn Salomonsson	30 62 66
Ledamot: Kerstin Movin	689 88 23
Ledamot: Kristin Morén	449 33 44

Revisorer

Ordinarie: Elin Svensson	711 63 16
Ordinarie: Claes Andersson	774 14 55
Suppleant: Sture Lantz	774 64 67

Ungdoms- & Juniorkommittén

Göran Nilsson	779 86 47
Jonny Nilsson	711 05 61
Nadja Dahlström	437 521 44
Kerstin Eriksson	774 12 64
Lars Larsson	779 31 20
Lennart Bjursäter	39 61 36
Monica Fröjd	711 51 12
Gunilla Kallhauge	711 12 19
Jörgen Hector	711 22 55
Marcus Rylander	774 30 67
Leif Andersson	774 86 81
William Blomqvist	774 86 81
Anders Carlsson	711 34 95
Anders Berndtsson	711 11 48
Marie-Louise Sandberg	774 20 33
Maria Claesson	655 10 25
Nina Nilsson	774 14 06
Elisabeth Hector	711 22 55
Martin Nyberg	774 60 48

Tävlingskommittén

Per Holgersson	779 81 39
Elin Svensson	711 63 16
Göran Johansson	774 29 28
Gösta Guteland	746 76 70
Kartor: Lars Cedéus	711 50 44

Tävlingsanmälare

Leif Hermundstad	570 248 90
------------------	------------

Träningskommittén

Jonas Nyman	774 83 30
Rune Rådeström	771 75 95
Peter Granath	568 795 22
Sofia Persson	073-9994864
Anders Bergmark	774 97 22
Fredrik Holgersson	779 81 39

Uttagningskommittén

Herrseniorer: Björn Silwén	711 49 70
Herrar +35: Lennart Bjursäter	39 61 36
Juniordamer: Nadja Dahlström	437 521 44
Damer: Agneta Holgersson	779 81 39
Ungdomar, juniorer: Jonny Nilsson	711 05 61

Julgranskommittén

Lennart Bjursäter	39 61 36
Anders Bergmark	774 97 22
Lars Bjursäter	711 11 40

Stugkommittén

Källbrink: Allan Nyberg	774 60 48
Material: Göran Johansson	774 29 28
Charlottendal: Ragnar Bergmark	774 55 94
Anders Bergmark	774 97 22
Klubbvärdar: Inga-Britt Fredriksson	689 72 02
Gösta Eriksson	711 46 26
Anja Karloja	689 72 75
Klubbshop: Ann Mårts	774 76 51

Webbgruppen

Webmaster: Leif Andersson	774 86 81
Micke Nilsson	711 05 61

Övrigt

Resultatkort: Ingemar Lindqvist	646 47 17
Elitkontakt: Nadja Dahlström	437 521 44
Skid-OL: Carl Agestam	711 34 83

Valberedning

Hans Letfors	711 65 41
Ulrica Mellergård	689 77 86
Tomas Movin	689 88 23

Telefonsvare: 774 75 53

(Information om träning, samling m m)

Telefon & fax, klubblokalen: 711 78 47

(Även möjlighet att lämna meddelanden till förenings-assistent.)