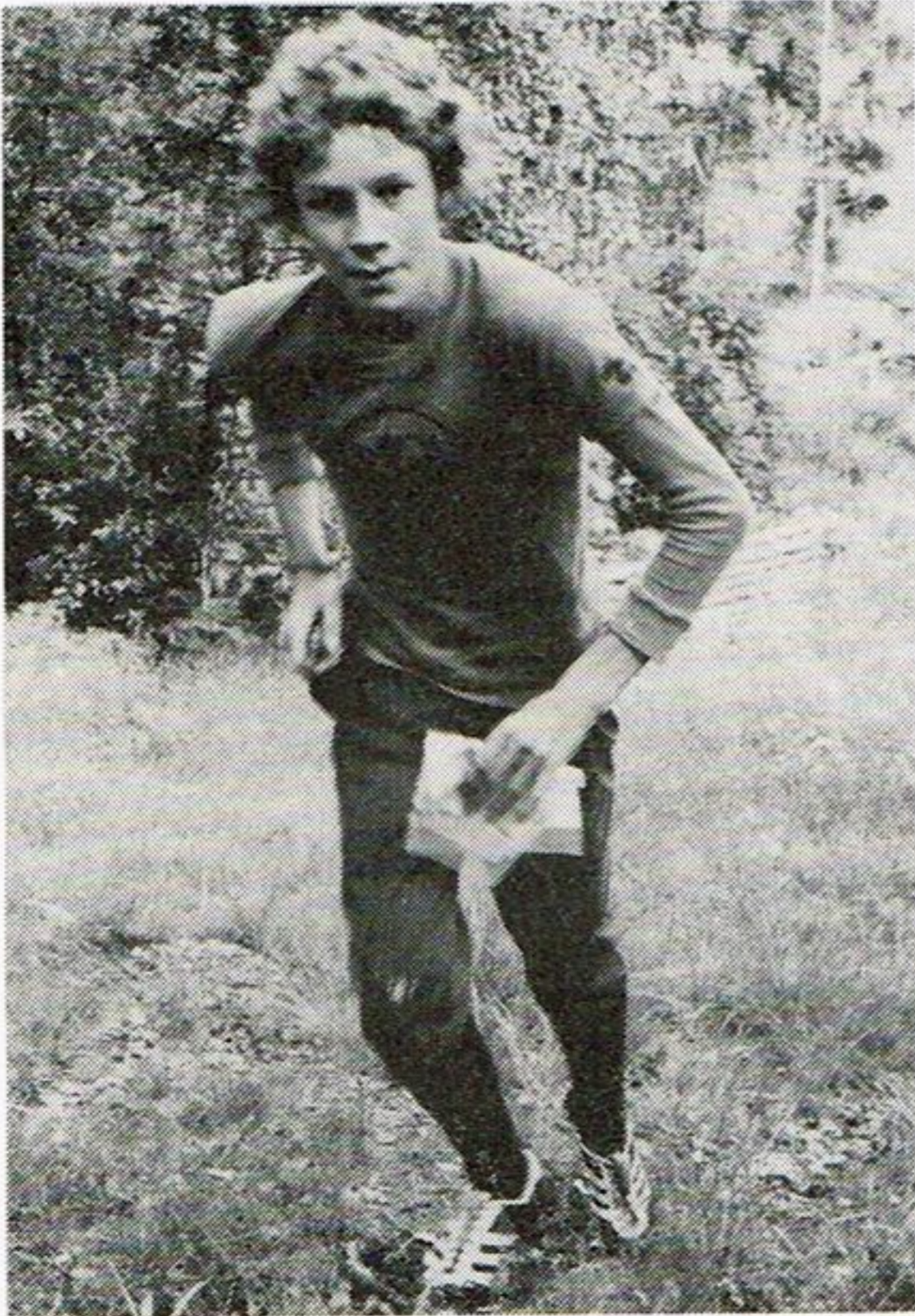


# SVETT-

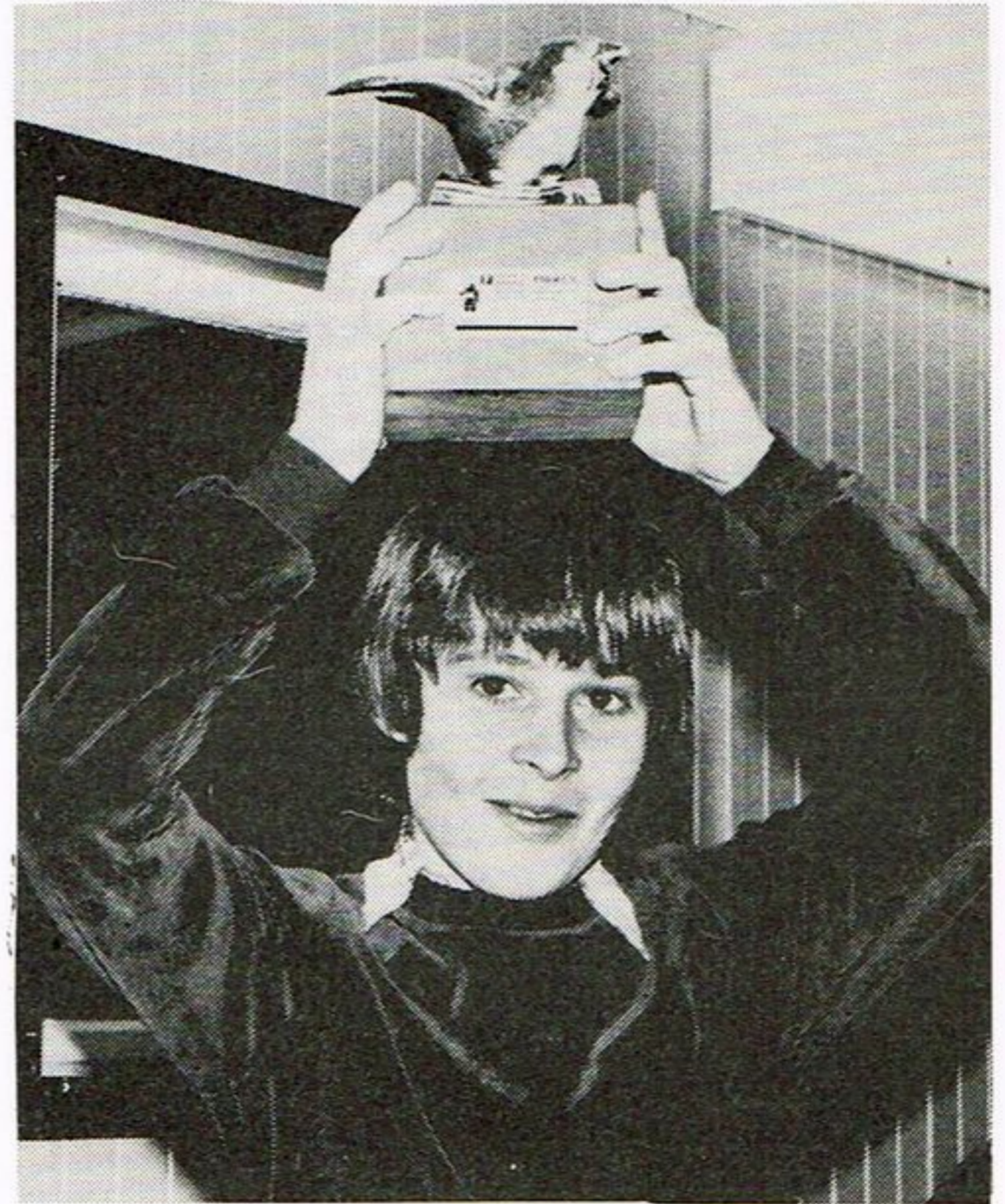


# BLADET

*Utgivet av Visborgs ok sommaren 1980*



JOHAN HALLGREN fick Skogskarlnas hederspris plus BPA:s stipendium i orientering 1979. Bra placeringar är 6:e plats i Skol-SM, seger 1979 på Dag-DM och Natt-DM 1978. Under år 1979 vann Johan 6 st tävlingar, år 1978 8 st.



JONAS LINDGREN fick Domus Sport trofén för sina insatser på skidor. Mest för sin utomordentliga 10:e plats på Kalle Ankas längdcup i Rättvik. Han vann även DM:et här på Gotland. I orientering är han också mycket duktig.

VOK:s styrelse samt kommittéer.

Ordförande:	Sten Björklund	tel 610 65
V. ordförande:	Gert Lundqvist	tel 703 57
Sekreterare:	Nils Hallgren	tel 112 47
Kassör:	Gurli Hörnell	tel 723 12
Orienteringssek:	Rolf Malmros	tel 135 76
Kart. o. tävlingssek:	Gert Lundqvist	tel 703 57
Skidsektionen:	Rolf Pettersson	tel 645 74
Stugkommitte:	Torbjörn Spång	tel 185 37
Ungdomssektionen:	Gunilla Pettersson	tel 645 74
Motionssektionen:	Uno Johnsson	tel 120 41
Festkommitte:	Hjördis Hallgren	tel 112 47

"SVETTBLADET", En definition.

Viaborgs Ok har under snart 10 år utgett "Svettbladet". Vem som är pappa till namnet är inte känt, men troligtvis var han ungdomskomiteledamot i början av 70-talet. Namnet är ganska passande på en tidskrift för en orienteringsklubb. Det första man tänker på är den svett som kommer fram under träningar och tävlingar. Genomblöta löpare som har förflyttat sig ett antal kilometer och därvid blandat sin svett med regn, vatten från sankmarker och ibland t.o.m. tårar. Emellertid är svettningen en reningsprocedur (jämför bastubad), varför ett välbefinnande kommer smygande efter utförd prestation, Då man hör ordet svett förknippar man ofta det med arbete, och nog fordras det mycket arbete att driva och utveckla en orienteringsklubb. Planering och genomförande av träning, tävling, läger, kurser, fastlandsresor m.m. fordrar oerhört mycket jobb. Att underhålla klubbstugan, sköta öppethållande och uthyrning tar mycket tid i anspråk. Vidare måste vi hela tiden tänka på att skaffa pengar till nödvändiga kostnader. Allt detta arbete utför medlemmarna helt oavlönat på sin fritid. Drivfjädern är istället att skapa förutsättningar för sig själv och sina medmänniskor att utöva sporten samt tillfredsställelse att ha utfört ett bra och samhällsnyttigt arbete. VOK:s medlemmar ställer i regel alltid upp när de blir ombudade att hjälpa till med någonting. Vad man kan önska är att flera ställer upp som ledare och tar ansvar för en del av verksamheten. Kunnighet och initiativförmåga finns hos många men blygheten lägger hinder i vägen

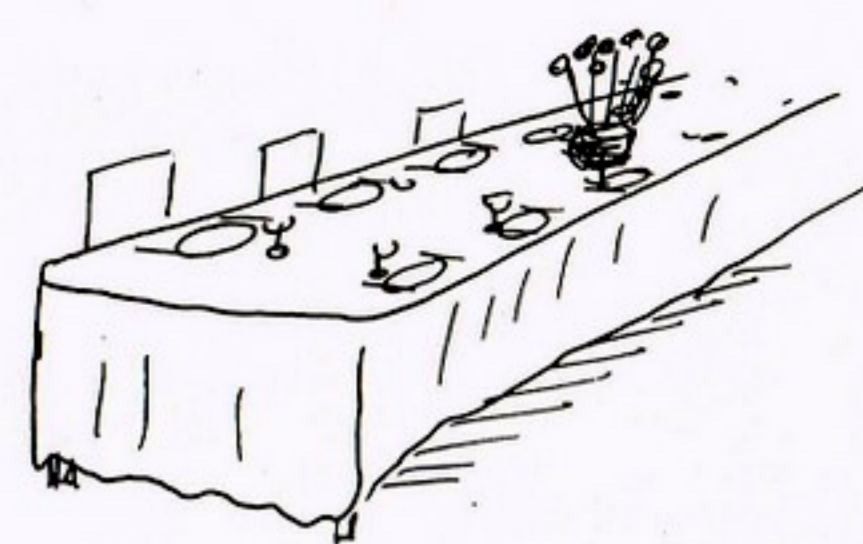
VOK:s MÅNADSLOTTERI

Följande personer har vunnit en 100-lapp i år.

Januari:	Tommie Nordahl	Freddie LYtholm
Februari:	Rolf Karlsson	Sven Nilsson
Mars:	Björn Fransson	Vanja Hallberg
April:	Camilla Nilsson	Karl-Johan Larsson
Maj:	Sture Larsson	Lars Arvidsson
Juni:	Rolf Malmros	

35 - ÅRSJUBILEUM I ÅR.

Visborgs OK bildades 1945. Av denna anledning kommer jubileumsfestligheter att hållas på FOLLINGBOHUS LÖRDAGEN DEN 25 OKTOBER 1980. Enklare förtäring, dans m.m. Boka redan nu in denna dag.

BUSSUTFLYKT TILL NÄRREVYN.

50 st VOK:are besökte den 15 mars Närrevyn i Klintehamn. Det var huvudsakligen motionsdansarna som med några tillskott fyllde upp en buss. Revyn är som tidigare mycket underhållande, dock inga elakheter mot orienterare och gammaldansare den här gången.

Ledamoten av festkomiteén Herr Karlsson hade vid påstigandet något fiffel för sig, han skulle utnyttja bussens bagageutrymme. Emellertid hälsade han de medåkande välkomma och underhöll tillsammans med när-sittande med väcker sång. Framförandet av Kostervalsen glömmar man inte i första taget. Samtidigt meddelades att samtliga resenärer skulle samlas i biblioteket innan återfärden anträdde.

Efter något irrande genom långa korridorer fann vi att biblioteket även hade andra inventarier än böcker. Reseledaren hade arrangerat och bjöd på vickning med smörgås och dricka vilket aväts under glam och støj, Tal hölls av bl.a. herr Lindenfalk.

Så småningom embarkerade vi bussen för återresan. Under allsång gick resan snabbt tillbaka till Visby. Vi tackar för det goda initiativet och ser fram emot nya bussutflykter,

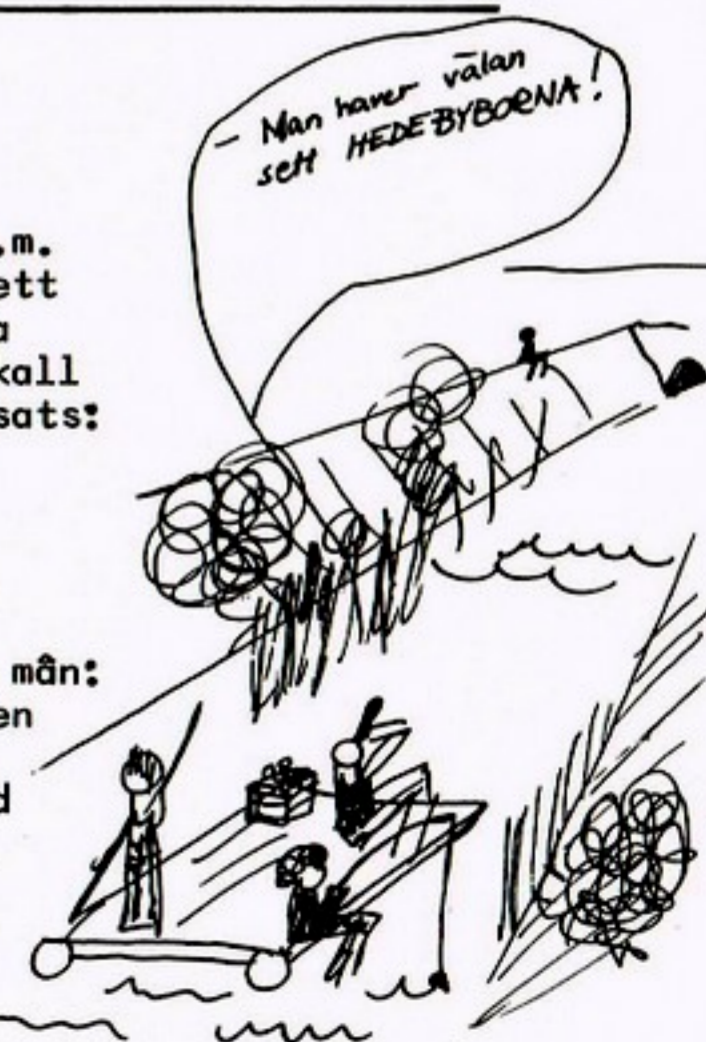
En medresenär

I STÄLLET FÖR TREDAGARS?

Vår klubb har åtagit sig att rensa bort buskar m.m. i en 7 km lång kanal i Follingbo. Vi har lämnat ett anbud på jobbet, som tillför klubben en bra summa pengar för den fortsatta verksamheten. Arbetet skall vara färdigt i år och vi tänker göra en rejäl insats!

LÖRDAGEN DEN 28 JUNI

Vi uppmanar därför ALLA MEDLEMMAR att ställa upp den dagen. Arbetet fordrar inte någon vana utan ALLA KAN HJÄLPA TILL, stora och små. Kvinnor och män: Vi tänker börja mellan 06.00 och 08.00 på morgonen och hålla på ca 8 tim. Samling vid skärm på vägen Follingbo-Roma. Ta med yxa och såg om Du har. Kontakta gärna Gert Lundqvist tel 703 57, eller Sten Björklund tel 610 65.



FÖRSTA ETAPPEN NÅDD! VOK:s KOMBINERADE  
POJK- OCH GUBBLAG KOM RUNT I 10-MILAKAVLEN!



Första etappen i VOK:s stora satsning på en vinst i 10-milakavlen är avklarad i och med vår 314:e plats i årets kavle, som avgjordes i skogarna runt Ösmo utanför Nynäshamn. Förra årets provspringning, där vi försiktigtvis nöjde oss med att rekognosera bara halva banan, resulterade i att alla var överens om att en långtidsplan var nödvändig. 1980 års stora mål var att komma i mål med alla 10 mannarna. En titt framåt ger vid handen att vi genom att ta 10 placeringar bättre varje år utan problem skulle kunna vinna den här kavlen om ca 31,4 år.

Vi ser då framför oss Johan den äldre springandeden typiska gubbsträckan åtta och lagom hinnande klä om innan hans son Nils den yngre går i mål som överlägsen ledare efter nionde sträckan ooh skickande iväg sonsonen Johan den yngre på en defileringsstur i mål. Platsen för denna 2012 års tävling är naturligtvis Gotland (som för länge sedan inkorporerats med Stockholmsregionen ooh VOK tillhör 10-milaklubbarna) och banläggare den välkände profilen Nisse "Znarkarn" Hallgren, som på ett förunderligt sätt lyckats få in målplatsen mitt ibland höghusbebyggelsen på Follingboberget precis där VOK-stugan en gång låg.

Men för att ta det från början, så blev vår tur över böljan lugn och om man betänker att resan faktiskt tar hela 4½ timmar så förefaller det litet egendomligt att vissa VOK-are måste kasta i sig maten medan båten lägger till i Nynäshamn. Men taktiksnackandet och laguttagningen är förstås viktigare än magens krav på mat.

Vår förläggning var en skola ca 2 km från TC med en fantastisk utsikt över gymnastiksalgolvet, där tjejerna från Vittjärvs OK efter fullföljt 2-milalopp på sin väg till duscharna gjorde det litet svårt att koncentrera sig och vila inför kommande nattduster (i skogen alltså). På tal om vila, så tycker en del VOK-tjejer att det är konstigt att man sover med nummerlappen på sig. Vadå konstigt? Det gör vi alltid hemma?

Även Brook (uttalas "bruck") bodde på vårt hotell, men de gjorde verkligen inget väsen av sig. Möjligen oväsen...

Målplatsen hade man förlagt till något som kändes som ett gungfly, men som höll hela natten på av torrt väder. Konstigt att inte arrangörerna räknat med något som heter regn. Vilken dypöl det skulle ha blivit! I strålände solsken såg större delen av killaget när tjejerna gjorde sitt i jakten på en bättre placering än vår, dock utan att lyckas (en 320:e plats blev årets resultat). En liten del av vårt lag syntes inte till alls - lagledarna trodde att de laddade upp på hemlig, lugn plats. Men vissa rykten förtäljer att ungtupparna letade efter ett discoteque. Kl 14 på eftermiddagen! I Ösmo! Att de inte lyckades visar väl deras tävlingsresultat. För i tävlingen lyckades de.

Ja - vilken inledning! Nu är det ju ett välkänt faktum att folk egentligen bara tycker om att läsa om sig själva, så skall jag få några läsare av den här redogörelsen för årets 10-mila, får jag ge mig in på litet personligare detaljer. Hur klarade sig våra mannar?

Ja, egentligen är det väl bäst att börja med den kvinnliga delen av truppen, lagledningen i form av Mamma Pettersson, som troget stod på sin post från tidiga eftermiddagen till sena morgonen därpå. Visserligen liknade hon till slut mera en isstod, som man med lätthet petar omkull, men det såg nog bara så ut. Lagledningen var stabil och med hjälp av Nisse H så sköttes sysslan perfekt. Det var någon som påstod att lagledningen var dåligt informerad om "lagen om färdigsprungens rättigheter ifråga om spirituosa och amorosa", men i så fall var det nog bara av godo. Bär-joghurt och vittjärvtjejer fick ersätta detta. Problem med lagledningen hade vi egentligen bara när en del sorkjuniorer kom alldeles för tidigt i mål, så att efterföljande knappt hann få av sig överdragskläderna.

Nisse fungerade tidvis som överskjutsare, d v s han tog pigga, hela och rena VOK-are från förläggningen i sin fina Volvo och skjutsade tillbaka trötta, sönderrivna och framför allt nedsmorda från-topp-till-tå diton i en allt mera jockig bil.

Så släpptes kopplet iväg i en fantastisk kamp över startområdet, en myllrande, färggrann myrstack där folk t o m sprang på varandra i bästa Vasaloppsstartstil. Mitt i denna stack fanns det en orangetröjad myrkung, GERT, som väsende försvann i myllret - väsende eftersom han var så hes. Hesheten flyttades så småningom ned i knäna i form av mjölksyra som fick honom att gå i uppförslutorna och därmed tappa placeringar i varje backe. En 367:e plats blev lönen för utstått lidande och som påbröd, en förkylning som höll i sig ytterligare en vecka. Gert fick dock bara stryk av täten med 27 minuter på sträckan.

Näste man iraden av VOK-kavlare var TOMMIE. Han gjorde en prestation i sig genom att komma i mål på nästan exakt samma placering som han gick ut, 368 mot 367, men vår mest vältränade löpare fick ändå stryk med 33 minuter på sträckan. Berodde det manne på att någon jäkel lagt in kontroller också i terränglöpningen? Men, det är klart, på 15 km hinner det hända en hel del.

Så fick då JOHAN ta hand om den symboliserade stafett-pinnen och det är väl inte utan, att han fick oss att tappa fattningen ett ögonblick. Är det möjligt att han tagit in en halv minut på täten? Jodå - men han var inte ensam om prestationen, möjligen yngst. När han lämnade över till Rolf M, hade han fört upp vårt lag till 327:e plats och vi hade häng på Svaide igen - bara 11 minuter efter.

ROLF, som åtminstone när han pratar, går och hoppas på enbart en ledarroll i nästa år, får nog svårt med laguttagningen. Han tappade visserligen en kvart på täten, men hittade ett fint spår och gick som tåget och förde upp laget ända till 301:a plats. Det blir till att trappa ned ordentligt

En nattssträcka  
10 mila 1980



om han skall lyckas förbigå sig själv i laguttagningen 1981.

Så lägrade sig natten över 10-milaarenan och åskådarna fick återigen uppleva den härliga känslan av en enorm lysmask som drog sig ned mot målplatsen från sista kontrollen. Det påminde mera om ett elljusspår än om en orienteringstävling. OLLE gav sig iväg på en mörkerkörningsrunda och jag säger bara det: hade han tagit av sig fotbollsbenskydden, så är jag övertygad om att han hållit vår placering. Nu blev det degradering till 318:e plats och stryk av segrarlaget med 27 minuter.

PER - vår "långa-natten-man" - hade väl hoppats på mycket rimfrost på marken, så han kunnat använda sina orienteringskunskaper per skidor, men den 0-gradiga kylan/värmen räckte bara till ett lätt knaster över myrarna. Nu var han duktig ändå, och när undertecknad efter mycket frysande gick iväg var det med 287:e plats att bevaka - vår bästa placering under hla 10-mila.

Med funderingarna: "förväntar man sig ingenting, så är allt man presterar en prestation" kravlade jag mig iväg i allt kladdigare spår, som mer och mer liknade diken, åtminstone fram till första kontrollen. Finns det en härligare känsla än att spika första kontrollen i sin första tävling på fastlandet i ovant nattmörker? Jag tror det inte! Jag hade beslutat mig för att göra mitt eget lopp, inte lita på någon, inte förta mig och ta slut i något berg och framför allt se till så att jag kom runt. Av de 11 kontrollerna missade jag egentligen bara en med cirka 10 minuter, men visst tar säkerhet tid. Jag tappade 12 placeringar och massor av minuter (43 närmare bestämt) till tätlaget, men vad spelade det för roll. När jag i svagt ljusnande gryning kl 0300 växlade över till "GAMMEL-ROLF" fanns det hopp om att vi skulle få vara med ända till slutet.

Strax innan sista kontrollen ramlade jag pladask i ett dyigt spår och med ett nödrop undgick kartan ödet att bli oläslig. Jag kunde se den bit, där jag hållit handen, nämligen vägen mellan näst sista kontrollen och till mål! Men hjärtat slog några extra volter innan jag upptäckte att det gick att läsa sig i mål. För att spara Nisses bil, fick jag köra "Three o'clock night strip-tease show" utanför, med turligt nog/olyckligtvis (stryk det ej lämpliga) hann vi inte reklamera för evenemanget i Ösmobladet.

Under tiden sprang ROLF, som var inne på andra dygnet utan sömn (det skulle bli ett tredje) efter Bosöuppladdning, i gammal god stil. "Än hänger vi med", strålade det om honom när han kom i mål på 313:e plats 33 minuter efter segrarlaget. Han förde dessutom dagsljus med sig, så att en skumögd junior benämnd AGGE kunde ta över det hela. Hela söndagen efteråt ville han sitta irullstol, så man kan ju undra vad han hade för sig i skogen. Visserligen har jag hört att disco kan vara farligt, men inte finns det väl disco vid 10:e kontrollen? Skulle vara radiodisco vid radiokontrollen, då! Han fick i alla fall häng på rätt grupp och, trots förkylning, placerade han oss på rätt sid om 300-strecket igen, på 291:a plats. Vid det laget hade vi varit ute i 14 tim 29 min 20 sek.

Siste man på plan var FOLKE, som i det tysta (de flesta sov på sitt öra då) gjorde en prestation, för vem sticker frivilligt ut på en runda på 2½ timmar efter att ha sovit oroligt hela natten? Visserligen är det en omöjlighet i budkavlesammanhang, åtminstone om man är med i samma lag, men snart springer väl ättellägget Agge förbi farsan.

FOLKE defilerade i mål på sluttiden 16.58.42 mot segrarlagets 12.59.28 och fick för detta en budkavle med minnesorden:

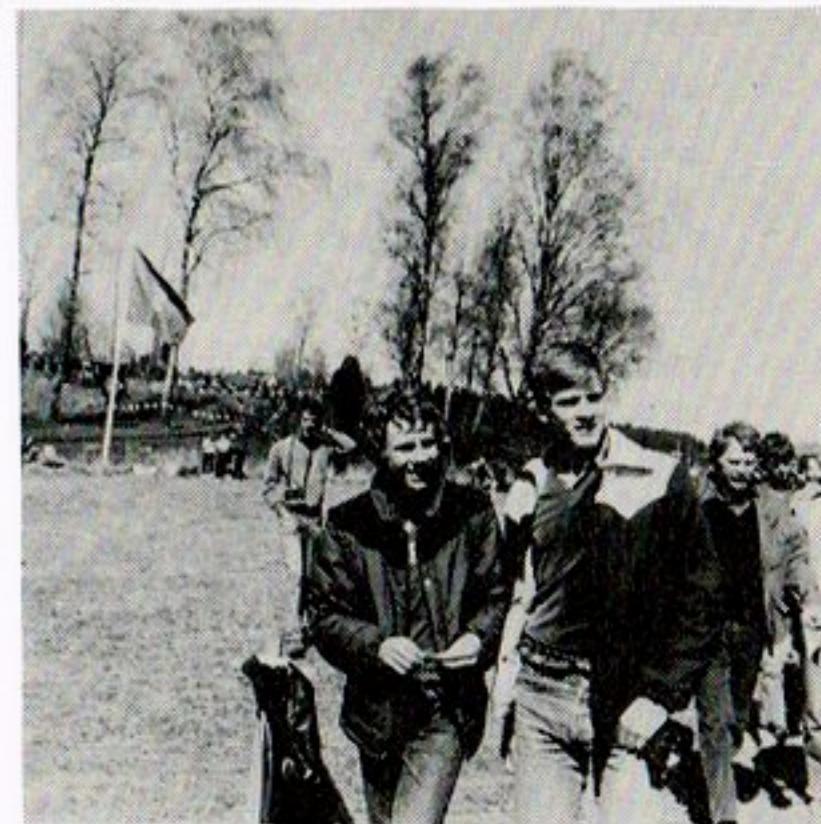
STIGMÅN, HULDROR ILAT FRAM MED SNABBA SPRÅNG  
ÖVER RÜSEN, HÄLLAR SOM OM FORNTID MINNE BÄR.  
DÄR VÅR STOLTA SKOGSSPORTS VAGGA STOD EN GÅNG.  
RIKSIDROTTEHÄLLAR NU VÅR TIOMILAHÄR?

Förhoppningsvis kan kavlen beskådas på VOK-muséet fr o m nu.

Om söndagen är inte mycket att orda, möjligen tycka. För nog är det välskräp att vi som i alla fall bor granne med Nynäshamn, inte skall få komma hem förrän på måndagsmorgonen medan norrmän boende på öarna utanför Bergen är hemma redan på söndagskvällen, trots att de åker buss?

Trots att Johan tyckte att vi skulle springa en träningsorientering (citat: "man kan väl inte vara på fastlandet en hel dag med en nyritad karta i handen, utan att använda den?"), åkte vi till Stockholm och där skiljdes våra vägar alltefter våra intressen. Ett minne från den dagen får bli hejaklacksramsans från en Hammarbyfans på Råsunda, när domaren gjorde något fel: "VI VET VAR DU BOR! - VI VET VAR DU BOR!".

Till den som eventuellt hängt med till slutet av denna långa avhandling: Tycker du att det låter som om vi haft roligt, så tycker du rätt. Skulle jag inte lyckas kvalificera mig till nästa års 10-milakavle som tävlande, så hoppas jag att jag med den här berättelsen får komma med som skribent för Svettbladet. Svettiga hälsningar från BJÖRN



Insändare till redaktionen för "SVETTBLADET".

Det talas ofta om orienteringsänkornas ensamma söndagar, men följer man med ut och delar makens intresse som det så vackert heter, blir inte måndagen lätt den heller.

Då får man ju höra andra fruar på jobbet berätta att: -"Svenne hade köpt biljetter till den nya Disneyfilmen igår", eller: -"Kalle bjöd mig och ungarna på Guldkanten igår, så vi hade en riktig familjesöndag". För att slippa medlidande, mumlar man att -"vi åt också ute i går". För det gjorde man, - under en gran någonstans - medan regnet öste ned. Visst har vi tanter kul, när vi sitter där och väntar att någon av Er skall dyka upp i målfällan. Även om Ni kommer leriga, trasiga eller svårt sargade av taggtråd och annat otyg.

Men vi tycker synd om Er, som så ofta får springa efter kartor, som inte stämmer, leta efter kontroller som ligger fel. Vi förstår så väl att en och annan, går över till nybörjarbanan igen. Men vi tycker nog att Ni går litet till överdrift med Ert skubbande. En del av Er tycks inte få ro ens i sömnen. Eller vad sägs om att en av Er höll på att skrämma ihjäl den övriga familjen, när han mitt i natten sätter sig käpprakt upp i sängen och hojtar: -"Går det nån stafett här idag? (Från säker källa).

"En som undrar varför alltid makens intressen skall delas".

## GÖTALANDS MÄSTERSKAPEN den 16 och 17 februari 1980.

Förutsättningarna för ett lyckat Götalands Mästerskap var i år enastående. Tävlingsarrangörerna, IFK SKÖVDE Skidklubb, hade förlagt tävlingarna till Billinge hus skidstadion i Skövde. Där hade man inkvartering och utspisning under samma tak i Billinge hus med endast några minuters gångavstånd till tävlingsbanorna i skidstadion.

VOK:arna anlände till Billinge hus på torsdag natt den 15 februari. Båtresan till Oskarshamn och sedan bilfärden till Skövde var aningen trött-sam men humöret var det inget fel på vid framkomsten. Var och en hade en skön säng att krypa ner i och efter några timmars sömn och frukost på fredag morgon var det dags att göra en förberedande provtur i terrängen samt ladda för de framförstående tävlingarna. Det var blött i spåren och pannorna var rynkiga vid vallaställena.

Under fredagen gavs det även möjligheter till avkoppling och förströelse. En del använde tiden till uppladdning med avstressande bad i hotellets simbassäng medan andra bekantade sig med Skövdes begivenheter och shopping-tillfällen.

Under natten mellan fredagen och lördagen hade vädrets makter vänt sig på tävlingsarrangörernas sida. Tävlingarna kunde trots tövdret på torsdagen genomföras under ypperliga väderleksförhållanden med strålande solsken och snabba spår.

I de individuella tävlingarna på lördagen placerade sig VOK:arna enligt nedan:

H 13 - 14 2,5 km "87 startande"	
Segraren	tid 8.33
10 Joakim Larsson	9.13
38 Jonas Lindgren	9.43
73 Fredrik Fallenius	10.30

H 15 - 16 5 km "100 startande"	
Segraren	tid 15.06
18 Anders Lindgren	16.07
81 Johan Hallgren	18.02
86 Christer Håkansson	18.18

D 19 - 20 10 km "7 startande"	
Segraren	tid 36.25
6 Camilla Nilsson	47.22

H 43 2x15 km "19 startande"	
Segraren	tid 1.44.48
14 Rolf Pettersson	2.03.04

### Lagtävlingar

H 13 - 14  
9:e plats av 19 lag

H 15 - 16  
16:e plats av 19 lag

Efter väl förrättat värv avslutades lördagen med middag och dans på Billinge hus.

På söndagen den 17 februari när Stafetterna gick av stapeln hade man lik-som på lördagen toppenväder med vårkänning i luften. Som vanligt i stafet-ter var man beredd att satsa allt. Här resultatet.

H 13 - 14 3x2,5 km "16 startande lag"	
Segrande lag	tid 28.27
9:e VOK	29.56
Lag Joakim Larsson	10.38
Jonas Lindgren	9.28
Fredrik Fallenius	9.50

H 15 - 16 3x5 km "19 startande lag"	
Segrande lag	tid 47.48
18:e VOK	52.43
Lag Anders Lindgren	16.25
Christer Håkansson	18.14
Johan Hallgren	18.04

Efter stafetten på söndagen fick vi som punkt på dagen följa en gast-kramande lamp i TV mellan Tomas Vassberg och Juha Mieto på 3-milen i OS-tävlingarna. Store Juha förlorade med 1/100 sekund och blev 2:a. Så nära eller "långt ifrån" kan en skidlöpare vara från sitt livs bästa placering. Det gäller att ha orken och sekunderna på sin sida.

I skrivande stund har snön varit borta ett bra tag och det är inte sär-skilt många som tänker på skidåkning. Jag tror dock att de som var aktivt med och gjorde senaste skidsäsong till ännu en framgång för VOK:arna på hemmaplan och även visade framfötterna på fastlandet har en blodad tand att komma igen. Likaså har jag en stark känsla av att alla supporters som hejat fram VOK:arna längtar tillbaka till skidspåren.

Johan F



— VAR INTE RÄDD ATT TA PÅ  
DIG EN UPPGIFT I KLUBBAR-  
BETET, UNDERLÄTTA VALBE-  
REDNINGENS ARBETE....

### VOK- PRYLAR.

Klubben har ett mindre lager med kläder och skor för orientering och motion, bl.a. lång och kort-ärmade VOK-tröjor, klubb nålar och VOK-dekaler. Eräringsoveraller i klubbfärgerna tas hem på beställning. Prata med Anita Dahlberg eller Solweig Björklund, som sköter den här verksamheten.

## PROFILEN

TOMMIE OLSSON

Ålder: 32 år

Yrke: Assistent länstyrelsen  
Bor: Tillsammans med Gunilla,  
Marcus och Maria på  
Myrstigen 121

Längd: 1.70 m

Vikt: 65 kg

Hur kom du i kontakt med orien-  
tering och skidåkning?Vi skulle springa korpen 1971  
och drog lott om vem som skulle  
orientera och såklart blev det  
jag. Sedan satt jag där. Skidor  
hade jag åkt sedan jag var  
15 år.

Hur blev fortsättningen?

1971 sprang jag med 10-mila-  
laget, vi kom runt som sista  
lag 15 sekunder före maxtiden.  
Samma år slöt jag med fotbollen.Vilka är dina största fram-  
gångar?Skidor: Etta på DM 15 km 1979  
och många Lag DM. Vidare har  
jag ca 10 andraplatser på ind.  
DM.

Orientering: Medelmätta.

Landsvägslöpning: DM 25000m  
1979.Vilka är dina största besvik-  
elser?När man har gjort bort sig på  
en budkavle.

Vad siktar du på i år?

DM-kavlelaget och göra bra i-  
från mig på övriga tävlingar.

Vad siktar du på senare?

Inget särskilt, tar ett år i  
taget.Vilken är din styrka i orien-  
tering?

Löpning.

Vilken är din styrka i skidor?  
Kondition och uthållighet.Vilken är din svaghet i orien-  
tering?

Läser kartan för dåligt.

Vilken är din svaghet i skidor?  
Inte snabb på korta distanser  
och armstyrkan.Vad tycker du om orientering  
i allmänhet?

Bra sport för vem som helst.

Vilka förtroende uppdrag har  
du?Suppleant i styrelsen och är med i skid-  
sektionen.

Vad anser du om VOK?

Bra klubb med bra kamratskap och inget  
gnäll. Men det ställer upp för lite folk  
när det behövs.

Vilka andra intressen har du?

Familjen.

Vad är det värsta du vet?

Folk som pratar strunt. Osämja.

Vilka är dina sämsta sidor?

Äter för mycket godsaker och blir väldigt  
grinig när jag inte får träna.

Framtidsplaner?

Ej. köpa eget hus.

Favoritgrupp? Har varit Beatles.

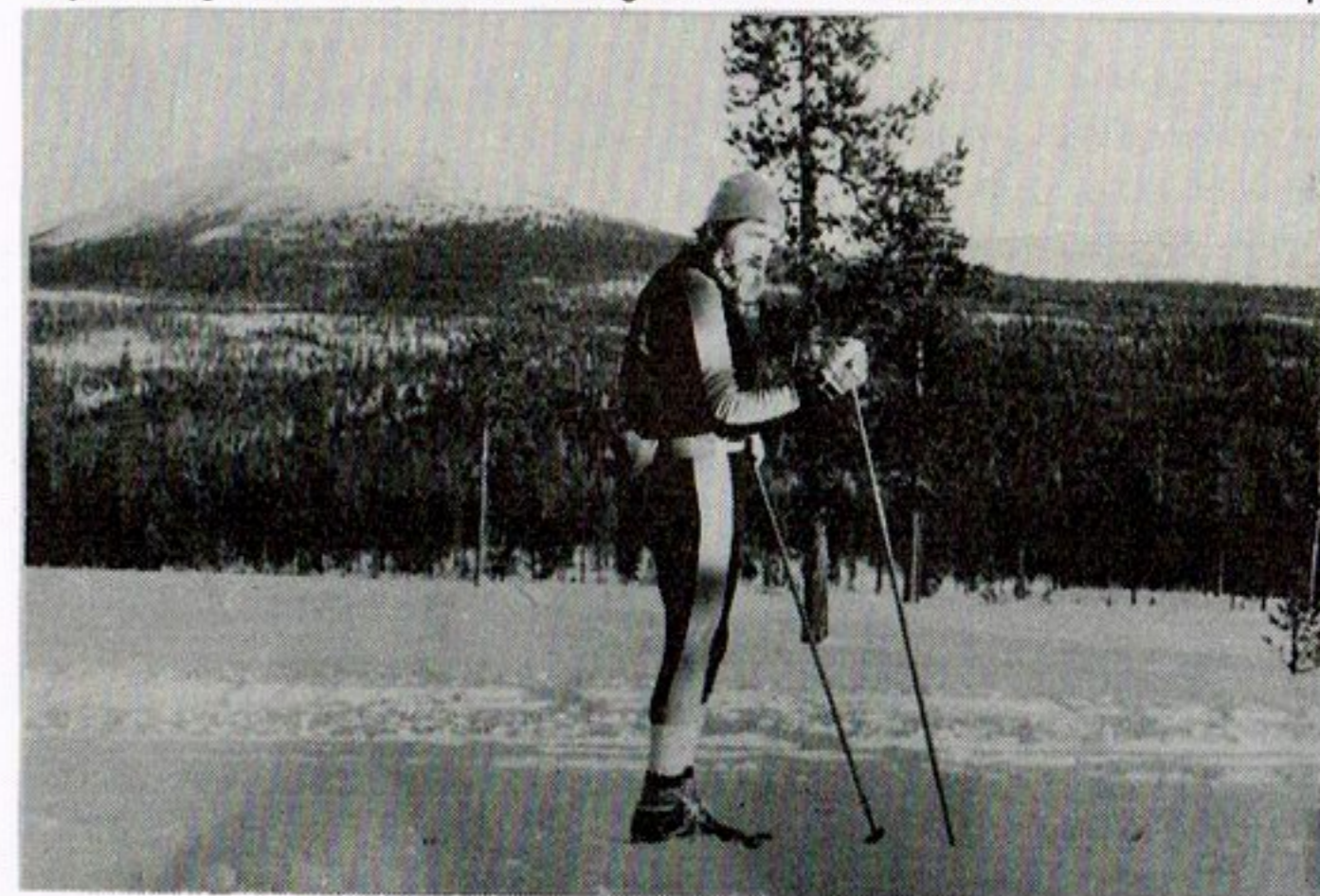
Favoritförfattare? Deckarförfattare.

Favoriträtt? Rotmos med fläsklägg och  
jordgubbar med glass till  
efterrätt,

Vad önskar du mest av allt?

Att jag och min familj får vara friska och  
att vinna en miljon på tipset.

## GOTLANDS SKIDFÖRBUND OCH VISBORGS OK PÅ SKIDLÄGER I IDRE FJÄLL.

Gotlands skidförbund kommer med ny giv för den skidåkande ungdomen.  
Rolf Pettersson Visborgs OK och Kaj Liljegren Bro OK har i skidför-  
bundets styrelse arbetat fram ett skidprogram för att öka möjligheter-  
na för den Gotländska ungdomen att hävda sig i skidsammanhang.Den 1 december åkte skidförbundet med Rolf Pettersson och Kaj Liljegren  
som ledare till Idre Fjäll på snöträningläger. Till gruppen hade skid-  
förbundet valt ut de ungdomar som på Gotland hävdade sig bäst i klasserna  
D 15-16, H 15-16, D 17-18 och H 17-18. De utvalda till lägret var Mats  
Lindqvist VIF/Gute, Eva Nilsson SOK Svaide, Maria Erlandsson SOK Svaide,  
Yvonne Löfkvist VOK, Anette Björklund VOK, Christer Håkansson VOK, Örjan  
Dahlberg VOK, Anders Lindgren VOK. Med på resan fanns också VOK:s skid-  
åkare som varje år förbereder skidsäsongen med snöträningläger i fjäl-  
len. Som tränare och rådgivare anlätade man Gösta Björklund från Lidingö  
IF. Gösta Björklund har under flera år arbetat med längdskidåkning och  
haft många elitskidlöpare i sin träning.Vädrets makter bidrog till ett lyckat skidläger. Några minusgrader och  
ca 30 cm snö i den förträffliga terrängen med lagom växling av motlut  
och nedförsslänter gav ypperliga förutsättningar för teknik- och ut-  
hållighetsträning.Dagarna delades upp i två pass, varav det ena passet ägnades åt teknik-  
studier ute i spåren och det andra passet till fri skidåkning, uthållig-  
hetsträning. Under skidpassen studerade man åkarnas skicklighet och fram-  
steg med hjälp av en videobandspelare. På kvällarna när mörkret lagt sig  
spelades videofilmen upp och kommenterades av ledarna. Var och en hade  
sålunda möjligheter att studera sina egna framsteg och brister i skidå-  
ningens konst.Vid sidan av skidförbundet kämpade VOK:s skidåkare. Göte Dahlberg, Sten  
Björklund och Tommie Olsson såg till att VOK:arna blev omhändertagna. Lik-  
som för skidförbundets del hade VOK:arna även möjligheter att få ta del  
av Gösta Björklunds erfarenheter i konsten att rätt åka längdskidor.Under lägerveckan fanns även tillfällen till avkoppling. Med stor för-  
tjusning och entusiasm hängde man i skidliften till den upplysta slalom-

Artikelförfattaren pustar ut på fjället

backen och prövade sin färdighet i slalomåkning med växlande framgång.

När Sune Malmqvist buss med Sten Björklund vid ratten styrde sin färd tillbaka till Gotland kunde man slutsummera lägerveckan och konstatera att den Gotländska ungdomen faktiskt kan åka skidor. Gösta Björklund gav ett gott betyg åt våra skidåkare.

Trots trötta miner och ömma muskler efter snöträninglägret ser VOK:are fram mot det andra träningslägret i Harsa över nyårshelgen. Vår ungdom vill satsa.

Som avrundning vill vi ge en fjäder i hatten åt skidförbundet för de nya tagen och vi hoppas att man i fortsättningen känner för och vill satsa på snöträningläger för vår skidåkande ungdom.

Bild och text  
Johan Fallenius  
Hasse Matthing

## SUCCE' FÖR NYBÖRJARKURSERNA.

I vår prövades en ny modell för rekryteringen bland ungdomarna. Grupp 1 bestod av förskolebarn och leddes av Anne-Marie Lundqvist och AnnMari Larsson. Grupp 2 innehöll barn som tidigare varit med på en nybörjarkurs. I den tredje gruppen fanns de som varit med en del men ännu inte börjat att tävla. Ledare för dessa båda grupper var Folke Magnusson, Elisabeth Olsson o Camilla Nilsson. I grupp 4 gick de som redan tävlat. Ledare: Evy Hörnell o Hasse Matthing.

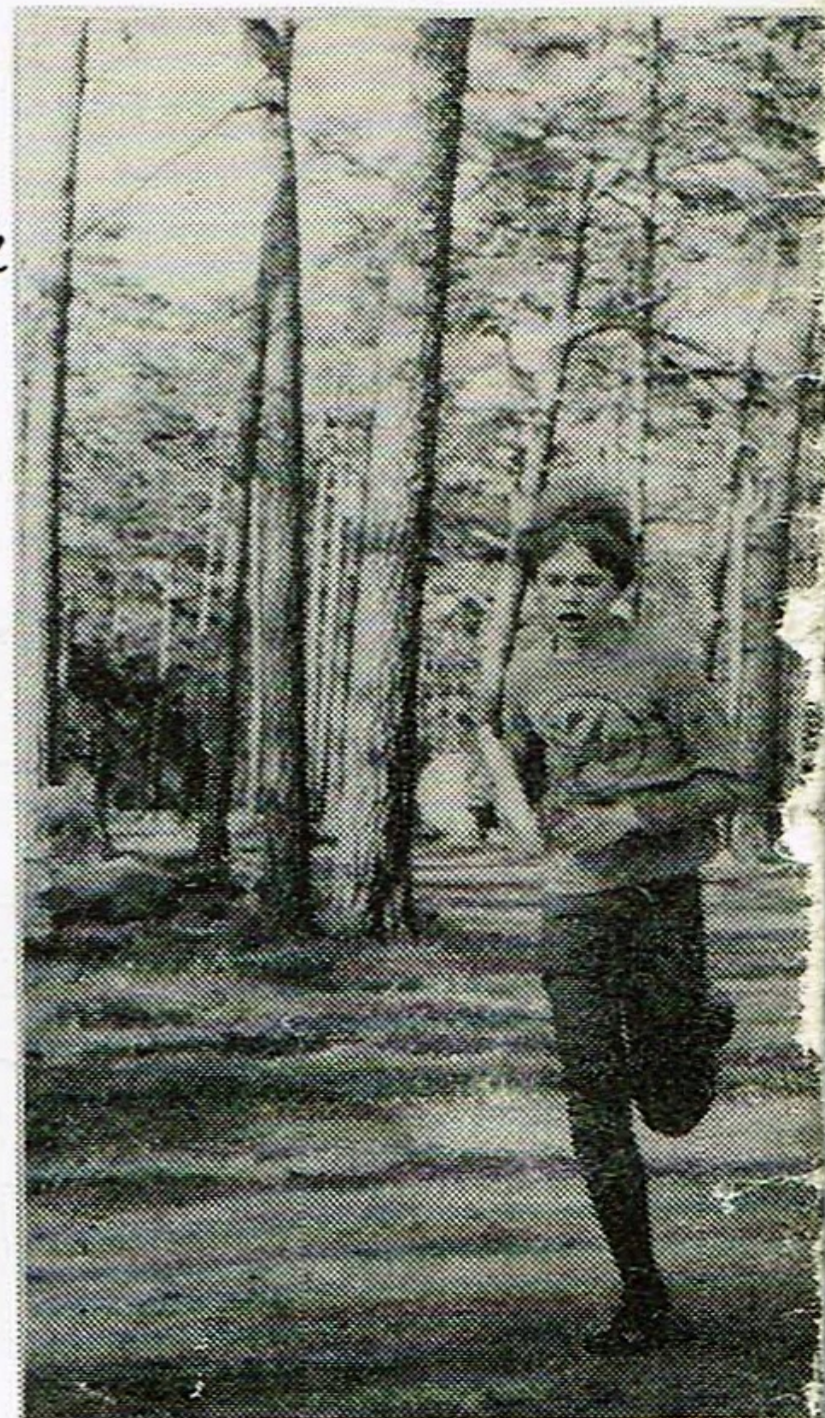
Populärast var nog träningen i den s.k. "SKOGS-LEKSKOLAN" som bestod av 5-7-åringarna. De gick med stor iver in för uppgifterna som bestod i enklare kartteckensövningar, snitzlade banor o skogsmulleliknande aktiviteter.

Alla grupperna hade c:a 20 deltagare och ett dussintal sammankomster hölls innan avslutningen den 22 maj.

Kurserna kommer att fortsätta i höst då vi också ska försöka få med föräldrarna på en egen nybörjarkurs.

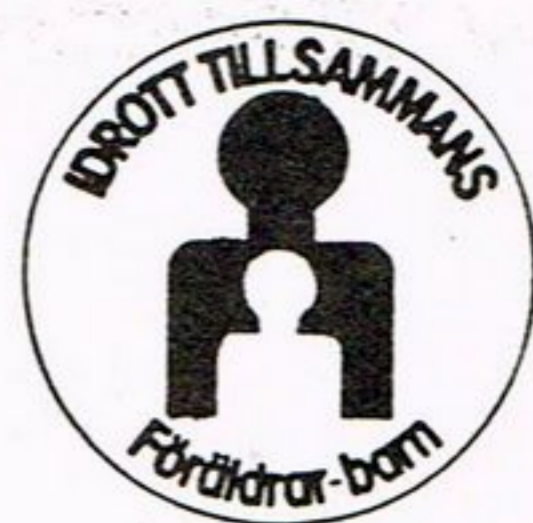


Anne-Marie på avslutning med några ur grupp ett och två.



Så här springer man i grupp fyra, här Jonas Matthing.

# SVETT-



# BLADET

UTGIVET AV  JULEN 1980



Inne i denna utgåva av "SVETTBLADET" står det mycket om VOK:s ungdomar. Men året har också i hög grad varit "tjejernas år". Det är i år som många av våra OL-tävlingar haft kvinnor som tävlingsledare. VOK:s bidrag till kvinnliga tävlingsledare är den här glada trion, som med högsta betyg ordnade 1980 års "VÅRTRÄFFEN". Från vänster: GURLI HÖRNELL, ANN-MARIE LUNDQVIST och LENA NYSTRÖM.



MER ELLER MINDRE OFFICIELLT ORGAN FÖR VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB OCH DESS MEDLEMMAR

Utkommer två gånger om året - kring midsommar och fram emot jul.

UPPLAGA: ca 300 exemplar = 1 ex/familj

HUVUDREDAKTÖRER: Björn o. Gunnel Fransson.

REDAKTÖRER: Kommittéledare och alla andra som blir ombedda att skriva eller alldeles på eget initiativ vill skriva något.

### INNEHÅLL

- Sid 2: Ledare. En bit av Sten.
- Sid 3: OL-sektionen ser på året. Tävling.
- Sid 4: Årets VOK-ungdomar.
- Sid 5: Olovord. Ungdomsår i VOK.
- Sid 6: Idrott tillsammans föräldrar-barn.
- Sid 7: Flitigaste i år.
- Sid 8: Höstresa till Stockholm. VOK-service
- Sid 9: VOK firar 35 år. Runristaren ristar
- Sid 10: Tävlingsledare - är det svårt det?
- Sid 11: Vår VOK-stuga. Mattantshorisont.
- Sid 12: Motions-VOK. Kompasslösning.
- Sid 13-14: Reportage från 5-dagars.
- Sid 15: Klubbmästare. Ungdomsbästa.
- Sid 16: Baksida.

### H-REDAKTÖRERNAS

#### ORD

VOK-vänner!

Det är ett tjockt "Svettblad" ni har i er hand, troligen det tjockaste i klubbens 35-åriga historia. Så här tjockt hade det inte blivit utan många medhjälpare tankar och skrivelser. Det sägs på många andra ställen att VOK-folket alltid ställer upp när det behövs. Detta faktum bevisas även den här gången.

Vi har i det här numret försökt att ha som tema: "Undomarnas VOK!" Vi har också försökt att få med intervjuer även med VOK-are som inte så ofta får vara i förgrunden. Detta har inte hindrat att vi också traditionsenligt har pratat med de vana segrarna. Vi menar annars att de framgångsrika redangonom sina segrar har ett sådant självförtroende att de fortsätter att lyckas. Det är de andra som behöver all vår uppmuntran!

Alla artiklar som inte är signerade har vi själva svarat för. Teckningarna har Gunnel ritat och bilderna kommer från diverse kameror, bl a GA:s och GT:s.

GOD JUL ÖNSKAR  
GUNNEL o. BJÖRN

Som ordförande i VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB under de senaste åren har jag sett klubben utvecklas till en av Gotlands största idrottsklubbar med ungefär 650 medlemmar.

Vår klubbstuga har blivit platsen som en stor del av de omkringboende utnyttjar för sin motion och friskvård. Den har också blivit platsen för de flesta av vinterns skid-tävlingar. Har vi inte spår, så gör vi! Har vi inte snö, så kör vi dit!

Hur ser jag då på framtiden? När det gäller skidor och orientering så ser det ljusst ut. Vi har ju väldigt duktiga ledare och tävlande i båda grenarna. Under hösten har vår orienteringskurs varit en av de mest positiva händelserna med stort deltagande från både stora och små.

Litet undrande står vi inför vad som kommer att hända med VOK-stugan om de planerade "Bäcksområdet" blir av. Vi är inte så rädda för att få för mycket folk hit, utan bekymret är de som inte vi kan ta hand om på grund av ledar- och penningbrist. Min förhoppning är att det inte blir någon bebyggelse på området utan att det får vara vad det är idag och vara det som Gotlands kommun en gång bestämt: En fin rekreations- och idrottsplats.

SOFT begär 4 milj. kronor av staten nästa budgetår, en ökning med 700000 kr. Vårens förbundsmöte fastslog att den inriktning, som orienteringen skall ha under 80-talet, baserar sig på tävlings-, ungdoms- och motionsverksamhet. Det är inom dessa områden vi skall satsa våra resurser. Det är här vi skall utvidga vårt ansvar som friskvårdsrörelse.

Friskvård, ja. Här gäller det för oss att verkligen göra klart för våra beslutsfattare hur pass viktig som friskvård vår idrott är. I dagens samhälle med ungdomsalkoholism etc., hoppas jag att kommunen förstår att vi behöver hjälp med pengar så att vi kan utöka vår ungdomsverksamhet, för den saken är klar: IDROTT, SPRIT OCH RÖKNING hör inte ihop!

Pengar är en punkt som vi har att ta itu med på varje styrelsemöte. Vår anläggning, VOK-stugan, har blivit ganska stor och dyr.

Flera fastlandstävlingar och läger är en förutsättning för att vi skall hävda oss i konkurrensen. Men deltagarna blir fler och resorna dyrare, så det gäller att få ihop pengarna på olika sätt, t ex genom vår kanalrensning. Vad klubben behöver inför 80-talet är mera pengar och flera ledare.

Med förhoppning om lika gott samarbete inom klubben i framtiden och om många framgångar i tävlingssammanhang, slutar

- STEN BJÖRKLUND, ordf. -

## OL-SEKTIONEN SER PÅ ÅRET

Nu när orienteringsåret är tillända och vi i VOK:s orienteringssektion blickar tillbaka, kan vi med tillfredsställelse konstatera att året varit gynnsamt med en god ungdomsrekrytering och med goda resultat uppnådda vid tävlingarna.

En sammanfattning av årets fyra DM-tävlingar visar att vifått 14 segrare, vilket gör oss till bästa gotländska klubb i år. Närmast är SOK Svai-de med 11 segrar, Om man ser på alla tävlingar under året, så har vi tagit 84 segrar. Med sina 6 första-placeringar är Anne-Marie Lundqvist bästa VOK-are. Johan Hallgren har tagit 5 segrar men han har ju vid många tillfällen tävlat i en svårare klass än han egentligen tillhör.

Den budkavleseger som slår högst är nog när Johan Hallgren, Håkan Pettersson och Jonas och Ola Matthing sprang hem sommarbudkavlen i klass B ute vid Kinner i hård nationell konkurrens. Seger med drygt 5 minuter!

Många har uppehållit sig en hel del på fastlandet på läger och tävlingar. Att notera därifrån är att damlaget blev 310:a i "2-mila" och herrlaget 311:a i "10-mila" (en placering bättre för damerna visar vilken klass vi har på damsidan). Allvarligt talat så har vi de bästa fastlandsresultaten i Johan Hallgrens 3:e plats i H15-16 A3 i 5-dagars och en 2:a plats vid VIK:s nationella i H17-18-klassen. Inger Karlsson tog även en 1:a-placering vid Mälardalens IK:s tävling i D13-14B-klassen.

Glädjande är också att Gunilla Pettersson o. Carina Erixon fick med så många ungdomar i Österåkerkavlen. Alla lyckades ta sig runt trots att många tävlade på fastlandet för första gången.

Vi i OL-sektionen har i stort planeringen för 1981 klar. Målsättningen är ett läger veckan efter skolavslutningen i Småland. Vi skall också satsa på fastlandstävlingar som under 1980 med påsktävlingar söderut, om möjligt i Danmark, 10- och 2-milakavlarna, lämpliga tävlingar en helg i augusti, Österåkerkavlen och som avslutning på året - Smålandskavlen.



GLADA VOK-ARE EFTER SEGER I "SOMMARBUDKAVLEN". FR.V.: OLA MATTHING, JONAS MATTHING, JOHAN HALLGREN, HÅKAN PETERSSON.

5-dagars är ju en speciell tävling där anmälningstiden redan gått ut. Det har beslutats i klubben att fr o m 1981 skall deltagare i åldern 21 år och uppåt betala sin startavgift själva.

Det vi vill bättra på, är träningsverksamheten under vår- och sommarmånaderna för att ge de som vill satsa en möjlighet att utvecklas i rätt riktning. Vi ser fram emot 1981 med stor tillförsikt och hoppas på ett gott orienteringsår.

OL-sektionen med ROLF M, MANKAN, ELISABETH, LENA, GERT, HASSE, INGEMAR OCH GÖRAN.

### LETARTÄVLING

OK! Vi skall vara ärliga - den här tävlingen är till för att få er att läsa "SVETT - BLADET" litet noggrannare. Så här skall ni göra:

Gå igenom tidningen och försök hitta alla förkortningar av Visborgs Orienteringsklubb = VOK. Här till vänster har ni en! Det gäller alltså bara förkortningen och ni får ta med även där VOK förekommer i rubriker och bilder. Räkna antalet (om du är lat så får du gissa!) och sänd in eller lämna lösningen till någon av oss Franssons senast den 15 januari 1981.

Priser blir det också. Vi lämnar ut priser i förhållande till insända lösningar. Priserna kommer ur VOK:s service. Har ni läst den här artikeln ordentligt, så har ni redan 4 gånger VOK.

# 4 ÅRETS VOK-UNGDOMAR

Redan tidigt i våras, på distansträningen inför 10-milakavlen, anade man varåt det lutade. Själva 10-mila visade samma trend, en 15 $\frac{1}{2}$ -åring kommer springande in på målområdet långt innan han väntades!

## JOHAN HALLGREN

Att det handlar om **JOHAN HALLGREN** kan den aktive VOK-aren knappast ta miste på. Att han korats till "Årets bäste pojke" är säkerligen också årets mest väntade utnämning. Johan själv är dock knappast nöjd med sin säsong. Visserligen vann han både Dag- och Natt-DM, men konkurrensen är stor, så det går minsann inte att vinna även andra tävlingar varje gång.

Det här med att vinna DM känns naturligtvis extra bra, och Johan tycker också att dessa tävlingar är de roligaste. Största framgången hittills hade han på Skol-SM i fjol då han blev sexa.

Johan satsar mycket på sin orientering. I år har han lyckats bli antagen till OL-gymnasiet i Olofström i Blekinge och det gör att han kan träna rationellt under sakkunnig ledning. På OL-gymnasiet går det 30 elever fördelade på tre årskurser. I Johans årskurs 1 har han 11 kamrater, men han är lika bekant med alla på skolan. Johan går Naturvetenskaplig linje och det som skiljer detta gymnasium från andra, är att eleverna slutar  $\frac{1}{2}$  12 tre gånger i veckan och ägnar dessa eftermiddagar åt träning.

Två av eftermiddagarna åker hela skolan ut någonstans och springer träningsorienteringar. Med sig har eleverna en instruktör, som Johan tycker är jättebra.

Det är klart att det vore lockande för Johan att byta till en fastlandsklubb, men han har beslutat sig för att stanna i VOK.

Johan började sin orienteringskarriär 1975 och lockades egentligen med av Sten Björklund, som känner familjen Hallgren. Han var med i ungdomskurserna och en hel del läger i början och från ett läger har han exempel på sin värsta miss hittills:

Han fick för sig att han som träning skulle springa 11 km-slingan för första gången. Ute på banan ångrade han sig dock och tänkte gena hemåt igen till VOK-stugan. Han tog alldeles fel på riktningen och så småningom hamnade han vid en kyrka som visade sig vara Hejdeby på vägen mot Slite. Han hade ingen aning om var han var, så han var tvungen att stanna en bilist och fråga!

Min sista fråga till Johan blev om han var bäst på att springa eller orientera. Han tycker att båda går lika bra, men att hani

är blivit litet för bra löpare och därför missar för mycket. Det gäller att hitta ett mellanläge!

Svettbladet önskar en ovanligt ambitiös OL-are lycka till i fortsättningen med både studier och orientering!

## INGER KARLSSON

Årets bästa VOK-flicka! Årets stjärnskott? För oss som redan i vintermörkrets mars såg **INGER KARLSSON** träna, är det ingen överraskning. Redan då flöt/flög hon förbi killarna i Gutebacken.



Inger är 14 år och började egentligen inte med orientering förrän i år. Hon går i åttan på Södervärnsskolan och kom i kontakt med VOK efter att ha tränat en hel del löpning tillsammans med pappa Göran. Det här med löpning är egentligen det som intresserar Inger mest. Stämmer sedan orienteringen också, så är det inte många flickor som rör på henne.

Sedan i somras har hon tävlat varje söndag och två gånger har hon lyckats riktigt bra. Hon vann sin klass både i Mälarhöjdens nationella tävling och i Bro:s säsongsavslutande  $\frac{1}{2}$ -milatävling. Mankan och Rolf M kan känna sig stolta över sin adept!

Inger lägger ner mycket tid på träning. Senaste året har hon i genomsnitt tränat varannan dag. Hon springer då minst 5 km och som mest 15 km! Hur många av våra gotländska elitlöpare tränar så mycket?

Samtidigt som vi gratulerar Inger till utmärkelsen "Årets VOK-flicka", så önskar vi henne lycka till i sitt fortsatta tävlande. Bäva månne nästa års D15-16-flickor!

# 5 OLOVORD

I BASTMORA

Hör hit, alla orienterare, jag ber!  
Tänk om alla backar bara gick ner!  
Och tänk om man skärmen i ett snöre till sig kunde dra,  
det vore väl bra!  
Fast då skulle jag ej Mankan lärt känna och med honom i skogen fått ränna.

Du Uno, bry dej ej om alla pikar och skämt, jag håller på dej alltjämt.  
Att ha dej i köket som kumpan, det var skönt för en som inte är van.

Och så till dej som gillar prat, mer än mat, och som busat med mej i spa't.  
Till alla på kursen säger jag tack och hej!  
Om några år kan ni räkna med mej!

- OLOV 6 $\frac{1}{2}$  ÅR MED MAMMAS HJÄLP -



## ÅRSMÖTE

TORSDAGEN DEN 29 JANUARI 1981 har VOK sitt årsmöte i VOK-stugan. Viktiga förhandlingar står på dagordningen. Kl 1930 börjar det och har du tur, hinner du med en liten tur på skidorna innan.

VÄLKOMMEN ALLTSÅ TILL VOK:S ÅRSMÖTE 29/1!!

--VOK-STYRELSEN--

## 5x5-DAGARS

Är du "5-dagarsdiggare"? Här får du hjälp med att planera dina resor några år framåt. 1981 går tävlingen i Hälsingland med Mohed utanför Söderhamn som centralort. 1982 är det Norrbottnens tur med en alldeles ny och egenartad orienteringsmiljö. Sedan är det Smålands tur 1983 med motorstadion i Anders-torp som centralort. Blekinge arrangerar år 1984 och året därpå, 1985, får ni åka till Dalarna och gå i mål mitt i skidspelens stadion i Falun.

# 5 UNGDOMSÅR I VOK

Vi har haft ett fint ungdomsår i VOK och här kommer en kort sammanfattning av årets verksamhet varvad med lite statistik.

Klubbens nybörjare har vi hållit igång varje lördag under våren och hösten. I genomsnitt har det varit 25-30 deltagare och av de som började som nybörjare i våras har 16 redan börjat tävla med bra resultat. Samtidigt med nybörjarekurserna har vi haft en knattegrupp med barn mellan 3-7 år. 15-20 livliga ungar har varje gång haft små lekfulla orienteringsövningar. På hösten startade vi dessutom en mycket uppskattad kurs för vuxna nybörjare med ca 20 deltagare. De flesta var föräldrar till våra nybörjare.

Vi har genomfört 3 läger, varav 2 vid VOK-stugan och ett på fastlandet.

I årets ungdomsserie kom vi på 3:e plats, med 3 segrar och 1 förlust. Förlusten kom i gruppfinalen mot Svaide och vi segrade över Hansa, Bro och Garda.

Vi fick revansch för nederlaget i U-serien när vi senare på hösten vann tävlingen om Silvapriset före Svaide och Roma. Silvapriset är en poängtävling i ungdomsklasserna på Dag-DM. Vi fick 128 poäng mot Svaides 123 och Romas 88. När jag nu halkade in på DM-tävlingarna kan jag nämna att vi fick flest DM-segrare även om vi räknar med de vuxna klasserna. Och halkar vi vidare, så kan jag tala om att vi på nästan alla tävlingar fått flest segrare i klubben. Av alla de segrar och övriga fina resultat som uppnåtts under året har våra duktiga ungdomar svarat för de flesta. GRATTIS till er alla som vunnit någon tävling under 1980!



Jag tycker att det resultatmässigt har varit ett fantastiskt fint år. Det har varit väldigt skojigt att jobba i klubben eftersom alla har ställt upp och hjälpt till med klubbens ungdomsverksamhet. Jag vill passa på att här tacka alla som på något sätt har hjälpt till med ungdomsverksamheten under året. TACK! säger

- GERT -

Så därför skall vi be även en av kursens manliga deltagare berätta:

**OLOF BERGLUND**, en av de här männen, tycker dock inte att han varit så tävlingsgalen - mera en "tävlingsglad - en". Han har till skillnad mot Margareta orienterat tidigare. På IME har han varit med i flera interna korptävlingar och där blivit självlärd i sporten.

Hans son, Torbjörn, har gått på ungdomsträningen, medan Olof följt föräldrakursen för att öka på sina orienteringskunskaper, och också få nya tips från Rolf.

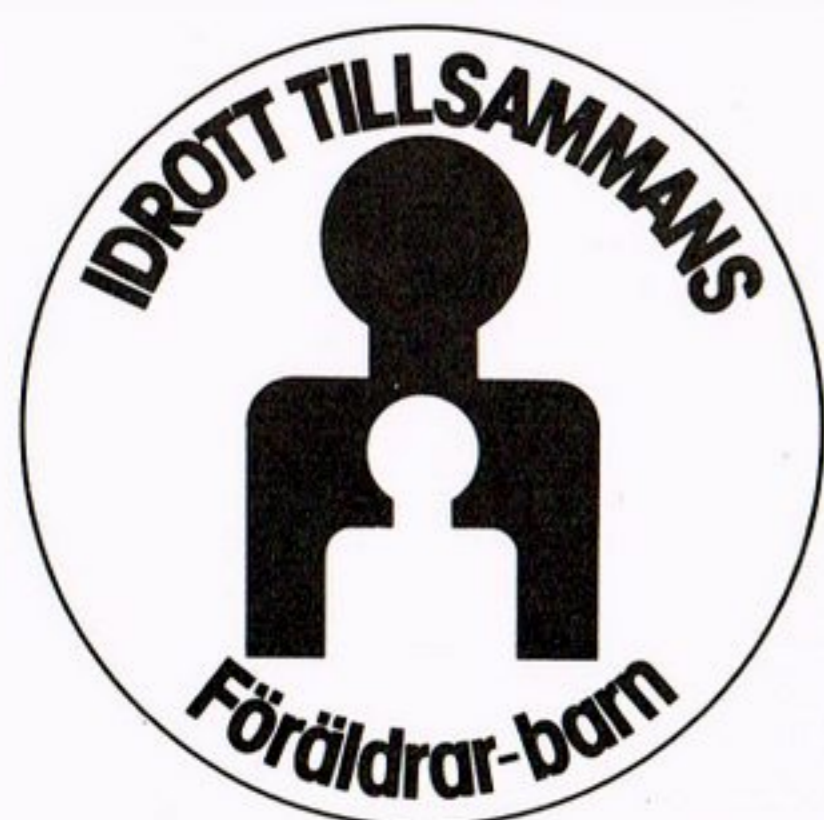
Han tycker också att det har varit en trevlig kurs och hoppas att många fler föräldrar skall den här chansen till sportaktivitet för egen del.

"Jag vill också ge en eloge till allakvinnor som deltagit", säger Olof. "Jag blev förvånad över att det var så många mammor som ställde upp."



I fortsättningen kommer jag att vilja tävla. När Torbjörn är ute och springer är det roligt att jag också kan göra det. Svårast för mig är nog när jag springer långt och blir trött - då har jag svårt att tänka på rätt sätt. Men så är det med orientering - huvudet måste hinna med benen och tvärtom".

+++++



Den här dekalen har du säkert sett många gånger i år. Den bär ett motto som vi hoppas skall hålla långt fram i tiden. För barn och ungdom har det i många år anordnats orienteringskurser av de olika klubbarna. Nytt för i år i VOK har dock varit att även föräldrar fått möjlighet att börja från början.

Det är Rolf Malmros som varit ledare för cirka 15 vuxna, som sakta, men säkert lärt sig karttecken, vägval, kompass och allting annat som hör orienteringskonsten till. I början fann deltagarna säkerheten i gruppen, men mot slutet har alla någon gång letat sig ensam genom VOK-skogarna.

"Det har varit väldigt roligt", säger **MARGARETA PERSSON**, en av deltagarna i kursen, och mamma till MARIA, 6 år och Stefan, 10 år. "Barnen har tränat i andra grupper medan jag orienterat tillsammans med Rolf och de andra."

Förut gick jag bara här och "drällde", medan jag väntade på barnen, och när Stefan kom hem och berättade om hur han sprungit kunde jag inte vara med och diskutera. Men nu har det varit meningsfull väntan och vi har alla i familjen kunnat vara med i det obligatoriska "eftersnacket".

Rolf har varit mycket ambitiös och han har haft förmågan att göra orientering lättbegriplig. Själv har jag inte haft någon tävlingshets utan tagit god tid på mig i skogen. Det svåraste och som jag nog missat mest på, har varit att göra rätta vägval - det måste jag träna mera. En gång har jag sprungit direktanmälan - i Höstträffen. Då tyckte jag att banan var alldeles för lätt, så nog har jag lärt mig en hel del.

Om jag kommer att fortsätta med en ny kurs nästa år, vet jag inte, men jag vill gärna för det har varit väldigt roligt.

Margareta slutar med att säga att det här är hennes syn på kursen, men att de tävlingsivriga männen kanske har andra synpunkter.

## FLITIGASTE I ÅR

En av årets flitigaste pojkar i ungdomskursen har varit **KRISTER LARSSON**. Han fick vid avslutningen "flitpris 2", som bestod av en halskedja med en orienteringsskärm på. Den fick han för att han varit med hela 19 gånger i år.

Krister går i klass 5 i Västerhejde skola, och jag nappar honom för en intervju mitt under en lektion, men med magisterns goda minne. Vem som är magister? Nils-Erik Jakobsson, förstås!

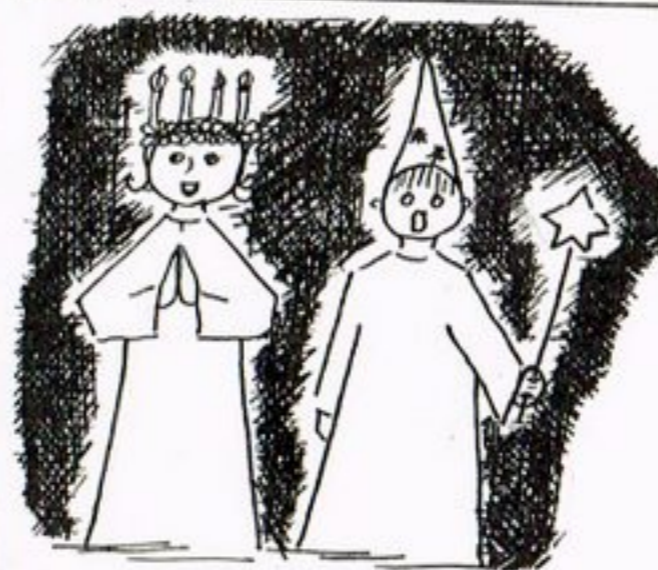
Det här med att du har Nils-Erik som lärare - hur har det påverkat dig, när du valde sport, blev min första fråga till Krister. - Det har inte påverkat mig någonting, utan jag blev intresserad av orientering i våras, när vi träffat släktingar på fastlandet som orienterade. Dessutom är vi en hel hop i vår klass som orienterar, så vi påverkar väl varandra till att fortsätta, säger Krister.

Krister berättar att han är 11 år och att han gillar frisk luft och natur. Hans pappa skjutsar honom villigt varje gång det är något på gång, trots att pappa själv inte sysslat med den här sporten. Kanske blir det Krister som lockar med honom en vacker dag.

Krister har bara tävlat några gånger under hösten, förutom serietävlingarna, och han tycker själv att det gått ganska dåligt. I ett par tävlingar har han t o m brutit. Årets bästa insats gjorde han vid Kinner på sista tävlingen för hösten. Han tycker att han är en ganska dålig löpare, men att orienteringen med kompass går bättre.

En riktig tabbe gjorde jag en gång, berättar Krister, det var när jag sprang alldeles för länge på en väg. Då kändes det litet läskigt i magen.

Vi avslutar vår lilla intervju genom frågan vad Krister gjorde de gånger han inte var med på VOK-kurserna. - Då var jag sjuk, säger Krister. Annars missar jag inte gärna på lördagarna, för det här är jätteroligt och Gert är en bra ledare.



DROG-FRI LUCIA!



Tjugotvå (22) gånger har **LISA LARSSON** varit med i årets ungdomskurser. Med de siffrorna kan vi kora henne till årets flitigaste nybörjare! Det är klart att "Svettbladet" måste göra en intervju!

Lisa är 8 år och går i Humlegårdsskolan i klass 2. Det här med att hon är släkt med Gert har väl påverkat både henne och mamma Ann-Marie. Mamma har ju t o m ställt upp som ledare för knattegrupperna i år.

Lisa tävlade ingenting innan "Knattekampen" men då var det dags att sätta igång på allvar. Sedan dess har hon varit med på tävlingarna i klass D10, men konkurrensen är svår mot flickor som är två år äldre. Bästa placeringen hittills är en tredjeplats.

- Vilken är din värsta tabbe? frågar jag Lisa. - Det var nog på en ungdomstävling på Klinteberget. Då gick jag omkring en hel timme och letade, säger Lisa. Att det var oro i lägret då, kan intervjuaren intyga. "Hon ger sig aldrig", sa mamma Ann-Marie.

Vår flitiga Lisa har också spelat fotboll tidigare, men matcherna kolliderade alltid med orienteringen, så hon måste välja. Att hon valde orienteringen har hon inte ångrat. - Det är roligt att träffa kompisarna Pernilla och Anna varje gång det är träning. Och ibland är det läger. Jag har varit med på två läger i sommar och de har varit jätteroliga.

I vinter skall Lisa pröva på att åka skidor, så vi hoppas att hon får riktigt mycket av den vita varan att åka på. "Svettbladet" önskar lycka till i fortsättningen.

En dam, som inte gick helt upp i tävlingshetsen, deltog i en skånsk kretstävling. I skogen påträffade hon en liten kille, som kommit alldeles vilse och grät i sin förtvivlan och ensamhet. Omedelbar tröst var av största betydelse. Då kom damen på en lika sällsam som lysande idé: - Skall jag berätta en saga för dig?

- Ja, tack! snyftade pojken.

Efter det lyckliga slutet på sagan sken han upp, fick hjälp med riktningen och den fortsatta vistelsen i skogen blev både uthärdlig och spännande.

# HÖST RESA TILL STOCKHOLM

8

"Vi åkte på fredagkvällen. När vi kom fram packade vi in oss i minibussarna. S'en åkte vi genom Stockholm till Åkersberga. Jag kom till rätta i min sovsäck kl 1..."

Så börjar Torbjörns berättelse om en orienteringsresa till Stockholm i slutet av september. Gunilla P och Carina E hade ordnat ett spännande veckoslut för 27 VOK-are, med deltagande i Österåkerkavlen och Mälardalens nationella tävling. Österåker-kavlen sprangs med 3-mannalag och Anders berättar vidare...

"Nästa morgon kände vi oss trötta och fick snabbt frukost i oss. Vi gick ut till bussarna och körde iväg till tävlingscentrum. Vi stod och väntade förväntansfullt på att mina medtävlare skulle komma

Vi stod och såg våra förstasträckare starta. Vi väntade förväntansfullt på att de skulle komma och rätt som det var så var det min tur - jag satte iväg! Min bana var ca. 3 km 200 meter. Det gick fint och jag sprang på stigen på väg fram till kontrollen. På 26 minuter var jag runt hela banan!"

Att det var spännande kan vi förstå. Det var inte mindre spännande nästa dag på Mälardalens tävling med deltagare från alla klubbar runt omkring Stockholm. För Inger Karlsson gick det bäst, för andra mindre bra - några hade svårt att hitta rätt bland alla höjdd kurvorna. Eriks teckning får illustrera terrängen.



Spridda kommentarer: "Jag känner att det går bra idag!" (Lena) - "Det gick bra" "Jag sprang bort mig och bröt, men så hittade

jag in på kartan igen. Jag vet inte hur jag irrade". - "Usch Mamma, vad jag är nervös!" - "Och så var det en stor slalombacke precis i början, den tog ju kål på en!"

Dagen slutade med ett Stockholmsbesök och Torbjörn skriver: "Sen gick vi omkring på stan en stund innan vi gick på bion som en del ville se. Sen tog vi tåget till Farsta. Sen körde vi till Nynäshamn..." - "Jag gick och lade mig i discoteket..." - "När jag kom av båten stod mamma och pappa och väntade. Sen åkte vi hem!"

## VOK-SERVICE



"TILLVÄXTEN ÄR GOD!"

VOK:s försäljning kommer i fortsättningen att vara öppen andra tisdagen i varje månad kl 1800-2000 och då bara efter förhandsbeställning per telefon.

Tel: ANITA 17262 SOLVEIG 61065

Vi kommer att göra en ombeställning av den tävlingsdräkt för orientering som en del redan köpt. Det går bra att beställa redan nu. En ny modell på väska är också beställd. Plyschtröjan som väl alla sett vid det här laget, finns också att beställa i storlekar från XXS - XXL (ca 140-150 till stl 8).

VOK-tröjor med kort och lång ärm finns hemma, liksom orienterinsbyxor och skor, kompasser och några udda storlekar av poplin-overallen. (ANITA o. SOLVEIG)

**Trim-Orientera**

# VOK FIRAR 35 ÅR

9

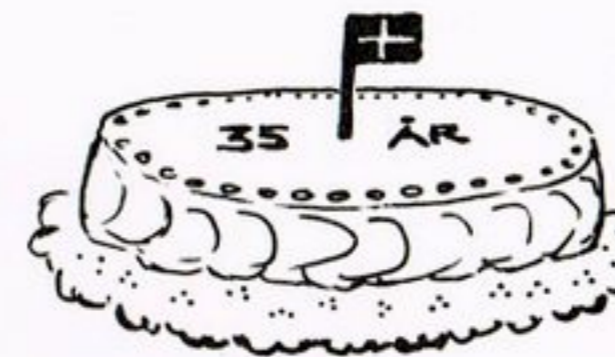
Med anledning av VOK:s inträde i "K35"-klassen, avhölls den 25 oktober jubileumsfestligheter på Follingbohus. Ett 80-tal medlemmar hedrade 35-åringen med sinnärvaro. Trots dåligt väder ute var stämningen i lokalen hög hela kvällen. Deltagarna, som samlades kl 1900, hade i inbjudan uppmanats att ha på sig rena strumpor, men hade kanske haft större fördel av välvårdade skor.

Herrerna blev nämligen berövade sinena sko vilka hopsamlades klassvis efter ålder (på ägaren). Damerna fick därefter välja en sko och leta reda på en passande fot. Foten med tillhörande herre ledsagade sedan damen till middagsbordet. Gästerna undfägnades med rostbiff, potatissallad och som efterrätt äppelkaka med vaniljsås.

Under middagen hölls tal av bl a ordföranden Sten och ett flertal bordsvisor sjöngs under ledning av Sture Karlsson. Vidare underhöll Herbert med folkmusik på myckelharpa, och körsång utfördes av Anne-Marie med kamrater från Allmänna Söngaren.

VOK:s hedersmedalj i silver för 10 års förtjänstfullt arbete inom klubben tilldelades Sten Björklund, Rolf Malmros, Rolf Pettersson och Tommie Olsson. Bronsmedalj för 5 års förtjänstfullt arbete fick Reidar Erixon, Gurli Hörnell, Torbjörn Spång, Staffan Roos, Herbert Nilsson och Aina Österdahl.

Efter dessa ceremonier var det dags för motion på dansgolvet. Dansmusiken utfördes på ett utmärkt sätt av "Roes" orkester. I en paus i dansen visade VOK:s motionsdansare, vad de håller på med om söndagskvällarna.



Innan sista perioden i dansandet inleddes, serverades kaffe och tårta. VOK-arna visade stor aktivitet på dansgolvet hela kvällen och endast ett fåtal for hem innan avslutningen. Sista dansen spelades kl 0100, och deltagarna kunde återvända hem efter en trivsamt aften. Festkommittén, Hjärdis, Aina och Göran samt Gunilla och Sture har åter på ett utmärkt sätt genomfört ett arrangemang som vi tackar för.

- EN DELTAGARE -

De flesta av dagens VOK-are känner säkert inte till klubbens brokiga historia. Till 25-årsjubileum skrev ANDERS DAHLIN ihop en historia, som vi av utrymmesskäl måste dela upp i flera avsnitt. Här kommer:

## RUNRISTAREN RISTAR OM VOK

Under den stora ofredens år började flera av kämparna i P18 IK tröttna på tingens ordning. Trots att där fanns flera av gutarnas yppersta kämpar på nordvisare dröjde det ända till det år den stora freden drabbade världens folk innan något hände.

På skördemånadens 21:a dag möttes den väldige envigskämpan KURT NANNESSON och runristaren på gårdstunet, där konungens hird höll till. Som följd av detta möte sändes budkavle ut till alla kämpar på slätten om rådslag efter envig i trakten av Stenkyrka Hangvar.

På Korpklint fem gånger tusen karlasteg norr om Visby klev flocken av tramphästarerna för att tala om saken. Många visa ord sades och efter en stund var alla ense. Man ville ej längre gå i band hos Kungens Hövitsman utan själva sköta sina angelägenheter som gutar gjorde fordomtina. När solskivan sjunkit i väster den 28:e dagen i höstmånad träffades STIG RUNEBORG, HG BILLTÉN, SVEN KARNEHED, HELGE KLEPFVEBRANT, IVAR KLANG, LAGE FILIPSSON, KURT NANNESSON, ERIK PETERSSON, E NORDFJELL samt runristaren i ett av kungens hus.

Stig blev där utsedd till talman, Billtén som hans närmaste man, Sven Karnehed till skrivare, Helge skulle ha hand om guld och silver. Som ersättare valdes Ivar och "Gubben" Nordfjell. Varje man skulle erlagga 2 och en halv silverpenning varje årsrunda, till Helge kassabevare. För att i någon mån blicka kungliga hövitsmannens vrede beslöts att de av kungens krigsmän, som varje år övades på slätten, skulle, om de dög, och betalade en silverpenning, då delta i flockens ledungar bland enris, martallar och träsk mot övriga gutaflockar.

Så gick det till när Gotland fick sin första specialklubb i orientering. VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB skar man på skärstav. På gräsmånads 10:e dag, året efter det stora kriget, upptogs VOK i Riksidrottsförbundet och samma dag även i Svenska Orienteringsförbundet. Från det året började VOK-arnas härjningar med nordvisare, något som övriga gutar smärtsamt fingo erfaras.



- ANDERS DAHLIN -

## TÄVLINGSLEDARE- ÄR DET SVÅRT DET?

Slår man upp ordet "Post" i en uppslagsbok så konstaterar man att det betyder "efter" eller "senare". I VOK stämmer det här dåligt, för det är minst tre av våra mest aktiva klubbmedlemmar som jobbar på posten. Det är snarare så, att vi oftast ser dem stå på "post", gärna "efter" eller "senare" än alla andra.

Svettbladet har pratat med en av postisarna och bett honom berätta litet om hur det känns att vara tävlingsledare för första gången.

- Du, **GÖRAN FREDRIKSSON**, nu får du först ge oss litet data om dig själv!

"Jag är 43 år, men brukar för det mesta ha mina duster med Uno och Hasse i H35B. Till nästa säsong får jag nog gå in i min rätta klass. Det här med orientering kom ganska tidigt in i mitt liv, eftersom jag gick i samma klass som Roffa Pettersson på Solbergaskolan. Men den kom mest in på så sätt att jag skrattade åt Roffa som inte just tänkte på annat. Själv började jag springa orientering 1979 med premiär i Gutaloppet i augusti.



Det hela började egentligen med att Henrik började åka skidor i VOK. Jag följde med honom på ett läger på fastlandet och sedan var jag fast. När man bad mig ställa upp i orienteringssektionen, så gjorde jag det och nu är det svårt att komma undan. Sedan dess har det blivit åtskilliga läger och man undgår inte att bli biten och känna att man vill försöka själv..

På ett sektionsmöte i våras, skulle vi fördela arbetsuppgifter för året. "Du får ta Knattekampen", sa Gert. Och jag hann inte värja mig innan det var på pränt. Ja, egentligen tyckte jag nog att skulle bli roligt att pröva på rollen som tävlingsledare."

- Eftersom det är många VOK-are som kommer att ikläda sig den rollen framöver, är det bäst att du berättar litet mera om hur man går till väga!

"Ja, det första du måste göra, är att skaffa dig en fin kontakt med banläggaren. I det här fallet var det inte svårt - Bettan skulle sköta banläggandet. Eftersom kartan, den nya 1:10000 vid VOK-stugan, inte blev färdig förrän vid 5-dagarstid, så kunde vi inte sätta igång förrän då. När banorna väl lagts, och det var en vecka kvar till tävlingen, hade jag semester, och då satte vi igång med det största jobbet, nämligen att trycka banorna på de tävlandes kartor och att skriva i startkortet. Bettan och jag hjälptes åt med detta, och det tog sin tid att fylla i 260 startkort och kartor.

Ett problem, som vi inte kände till så bra, var att bankontrollanten skulle vara med redan från början. Denna gång gick det bra ändå och Svaides Bengt Malmberg var nöjd med våra banor. Han kontrollsprang dem på morgonen innan tävlingen och det var tur, för en skärm hade rivits bort av någon illvillig person.

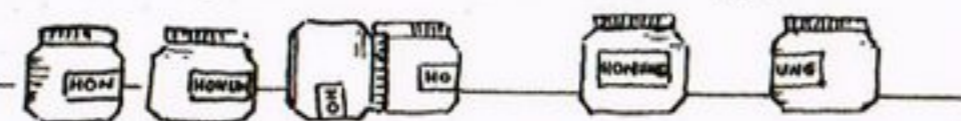
Sedan skulle jag båda upp folk till själva tävlingsdagen och det var verkligen inga problem. VOK-arna ställer upp mangrant, när det är tävlingsdags! Ett problem, som jag slapp denna gång, men som nog annars kan vara det för en tävlingsledare, är att fixa priser. Priserna bestod ju av diplom och honungsburkar och det skaffades direkt från SOPT genom Gerts försorg. Det var ju också lätt att administrera, för lottningen gjordes innan starten. Alla som fått ett kryss på sitt startkort fick ett pris. En och annan unge räknade nog ut detta i förväg, men det gjorde inte så mycket. Här gällde det ju bara att springa runt och tiden betydde ingenting."

- Så det verkar inte som om det var sista gången du ställde upp som tävlingsledare?

"Nej, det tror jag inte. Det var roligt och jag fick fin kontakt med alla VOK-are."

- Så var det framtidsplanerna, Göran?

"Jag får väl fortsätta att hänga med Henrik ut på orienteringarna och också fortsätta kampen mot Hasse och Uno. För egentligen är det roligaste, när man är några stycken som kämpar mot varandra. Tråkningarna efteråt kan vara rätt hårda, mende är hjärtliga. Så blir det väl Post-SM så småningom igen. Det är alltid roligt!"



## VÅR VOK-STUGA

VOK:s anläggning i Stora Vede i Follingbo, är centralpunkt för klubbens verksamhet. Där kan klubbmedlemmarna samlas för träning, utbildning, information och trevlig samvaro under hela året. Verksamheten fordrar att anläggningen underhålls och eventuella förändringar genomföres med jämna mellanrum för att passa den alltmera ökande verksamheten vid VOK-stugan.

Till hjälp har vi, som kanske inte alla vet Stig Falk, anställd av Visborgs OK från 1/7 1980. Stig utför den dagliga städningen, mindre reparationer, bokningar av stuga, av bastu och utlämning av OL- och skidmateriel för den som vill låna för enskild eller gemensam träning och tävling.

Under året har VOK-stugans parkering fått en ansiktslyftning - därmed hoppas vi att problemet med gyttebadet på vårarna och höstarna skall vara ur världen.

Ytterligare en förändring har äntligen blivit genomförd. Dams duschen har renoverats o. kompletterats med två nya duschar med automatisk avstängning samt en kombinerad hand- och väggdusch med manuell manövrering. Väggar och golv har fått en ny beklädnad, snickerierna har målats och Nisse Hallgren har utfört omdragning och modernisering av det elektriska.

Kommande år har stugkommittén planerat utbyggnad av herrdusch och bastu, eventuellt installation av inomhustoiletter. Det senare om avloppsfrågan går att lösa utan alltför stora kostnader. Dessa arbeten kommer att kräva frivilliga insatser från alla klubbmedlemmar för att hålla kostnaderna nere. Vi har lämnat en preliminär investeringsplan till Fritidskontoret i Gotlands Kommun där beräknad kostnad är upptagen till 50000 kr, en summa som inte kan täcka mer än möjligen materialet.

Om någon i klubben känner sig hägad att ta sig i kast med planering, arbetsledning eller annan arbetsinsats kommer klubben att bli dig evigt tacksam. Du är välkommen i så fall att kontakta undertecknad stugfodge, tel 18537.

Väl mött vid VOK-stugan!

- STUGKOMMITTÉN/TORBJÖRN SPÅNG -

## STAVPROBLEM?

Frånvaron av bidrag till "Svettbladet" från Skidkommittén skulle vi nog skämtsamt kunna förklara med "stavproblem" eller för mycket klister i skrivmaskinsvalsen, menså eleka skall vi inte vara. Det är nog snarare så att man tränar och planerar för den kommande säsongen. Se bara på Johan Falenius uppe till höger. Kanske skriver han redan nu för "Svettbladets" sommarnummer?



## MATTANTS- HORIZONT

Så är det november igen...Fårö två helger. Roligt, men jobbigt! Men vi går händelserna i förväg, för så här börjar det:

Telefonen ringer - det är UNO: "Du ställer väl upp i köket som vanligt? Det har jag nämligen räknat med!" Och det är klart jag gör, för nu är det så, att de här Fårölägren har en särskild plats i mitt hjärta.



Jag tycker att det är en förmån att få vara ibland "våra" fina ungdomar. Se hur domkämpar, stora som små. Och aldrig klagar dom fast dom har skavsår, blåsor på händer och fötter och ont i alla muskler.

Får man sedan höra att maten är god, att alla är mätta och att det är roligt att vara på läger, så blir det extra trevligt för oss i "maten". Även för oss är det här ju en avkoppling från det vardagliga. Vi försöker få litet ledigt mellan matpassen och så sankörda som vi är, så lyckas vi nästan alltid få en runda på stranden eller i skogen. Där vi ser ungdomarna, ibland före och ibland efter sina tränare, men därmed vill jag inte alls uttala mig om vems kondition som är bäst. Några sura miner ser man inte till.

Jag hoppas att jag blir anlita som mattant även nästa år, fast det beror förstas på hur jag skött mig i år... Med Fårö-hälsning

- SOLVEIG BJÖRKLUND, mattant -



kort - vi kör ett par hundra meter och så är det stopp igen. Hur ska det gå? Kommer trafiken igång igen? Är det kö i 2 mil till tävlingsplatsen? Kommer jag i tid till min start? Nu rör det på sig igen - det blir väl 200 m till... Men nu rullar det ända fram till TC och det gäller nu att hittade andra VOK-arna.

#### SPIK PÅ MÅLPÅLLA NR 5

Vid målpålla nr 5 skall vi vara - där har vi VOK:s orange standar. Toppen! Spik på första målet - det här börjar riktigt bra. Klockan är 800 och jag går till start (4200 meter) samtidigt som flaggorna hissas. En fantastisk syn med alla nationsflaggorna på en lång rad. Men stopp - vad är det som är på gång nu? Har arrangörerna hört talas om Reidars musikaliska talanger och engagerat honom som trumpetare. För falskt var det - bäst att jogga iväg så jag slipper höra på eländet.

#### STULNA KONTROLLER?

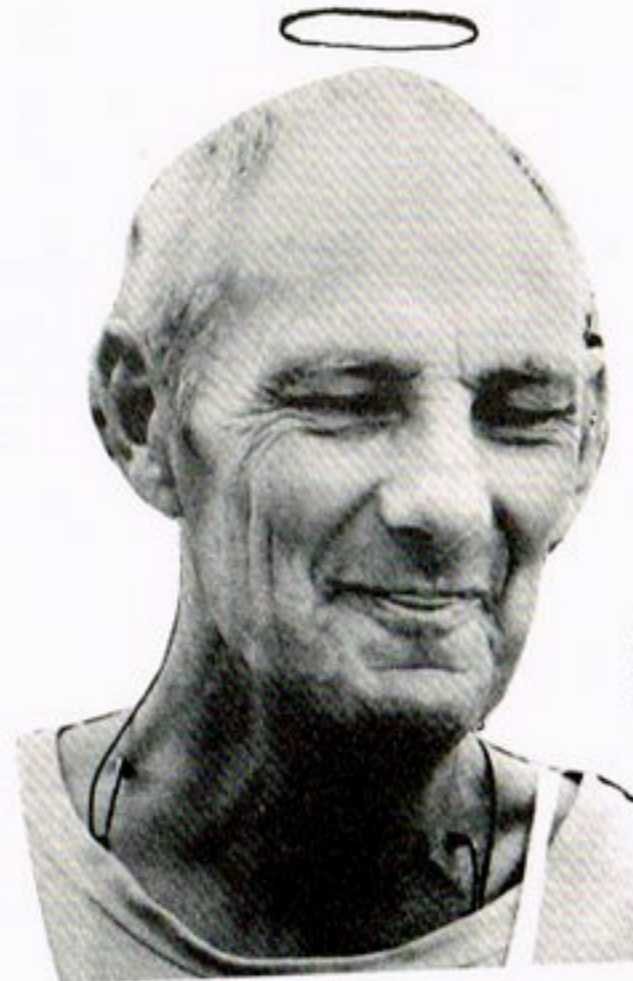
En minut kvar till start - nu gäller det att ta det lugnt och inte missa någon kontroll. Där gick starten - iväg mot första. Det här går ju bra. Ut på åkern, sen rakt fram till vägen, in på stigen och bara upp för höjden, så skall kontrollen ligga där. Men vad ... nu då? Har någon stulit kontrollen? Där kommer det en gubbe. Jag frågar honom om han vet var han är. Inte det? Där kommer en till. Jaså, inte du heller? Helkonstigt... Vet ingen var vi är? Nu kommer det en till. Vet du var du är? "Yes, I am on the hill". Tur att jag hittade en engelskman som visste vara han var. Men är jag verkligen där? Det var det ... - det hade jag ingen aaaaning om! Äntligen hittar jag första, 3 minuters miss!

#### KRAFTLEDNINGSMERIDIAN

Det började inte bra och nu gäller det att verkligen ta in och springa in tiden. Kompass till nästa - där är en meridian att ställa in kompassen efter. Men det var ingen meridian utan en meridian med små röda streck på (kraftledning) och så var denda-gen förstörd. Nåja, jag kom i måli alla fall.

Vi som startat tidigt åker hem medande som startat mot slutet ännu får vänta ett par timmar på sin start. Det är en vacker eftermiddag och vi som redan var "hemma" åkte till Fyrisbadet medan en del föredrog att sitta i bilen under tiden. Det är nämligen så, att en orienterare som skall förflytta sig mellan 2 punkter alltid väljer den snabbaste vägen. Nu var problemet det, att 16000 orienterare samtidigt gjorde samma vägval tillbaka till C-orten. TRAFIKKAOS! 8 mil på 3,5 timme! Det går att ta cykel lika fort.

På kvällen fick arrangörerna problem med databehandlingen och det blev sent innan vi fick klubbens lista. Jag kommer inte att nämna några individuella etappresultat eftersom det på 5-dagars är viktigare att göra fem jämna löpningar. Det bör dock noteras att Uno var renrakad första kvällen och att **MANKAN** inte stämplade fel på första etappen, som vanligt.



M m m m ...  
Missade inte  
första dagen!

Från etapp 2-4 skall jag bara nämna att Göran Fredriksson tappade sina glasögon, under ett gyttjebad, men att han tycktes bli en bättre orienterare när han inte såg kartan.

Så var det dags för etapp 5 - den stora finalen. Nu skulle vi vara med och kämpa om topplaceringarna i våra klasser (några av oss i alla fall). De som hade bäst utgångsläge var **JOHAN HALLGREN** 4:a, **HÅKAN PETTERSSON** 9:a och **JONAS MATTHING** 16:e i sina resp klaaser A. På etapp 5 startar varje löpare efter sammanlagd tid och det innebär att den som kommer först i mål är segrare. Det kan vara ganska nervöst för de tävlande men så tycktes det inte vara i VOK-lägret. En del föräldrar såg ovanligt bleka ut på morgonen och förmanade sina barn med massor av nervösa råd och frågor: "Du har väl kompassen med dig? - Hur dags startar du? Du missar väl inte starten? Ta det bara lugnt idag! o s v."

Som vanligt hade vi tagit plats vid den målpålla som ungdomarna kommer i mål i. Det blev en nervös väntan. Hur skulle det gå för Johan, Håkan och Jonas? Håkan borde komma först. Alla höll tummarna medan sekunderna tickade fram så sakta. Där kom segraren i mål och fick lagerkrans. Lö-

## KLUBBMÄSTARE



HÅKAN PETTERSSON  
DUBBEL KLUBB -  
MÄSTARE I NYA  
TÄVLINGSDRÄKTEN

pare efter löpare kom i mål. 6:an! 7:an! 8:an! Kommer du nu, Håkan, så håller du din placering. Tyvärr kom det några killar för mycket, men det blev ändå en fin 14:e placering bland 250 startande ca. Vi började så vänta på Jonas som hade startat som 16:e man. Plötsligt kom han in. Innan vi trodde det ens var möjligt sprang han i mål som 9:e man bland ca 270 tävlande. Jonas hade gjort ett toppenlopp och tog på sista etappen in 1,5 minuter på totalsegraren i klassen.

#### JOHAN KOMMER!

Nu var det bara Johan kvar att vänta på. Han startade som 4:a, 15.13 min efter ledaren. Punktligt 14.58 efter segraren kom Johan in på en jättefin 3:e plats. Johan var vår jämnaste och säkraste löpare under 5-dagars och vad sägs om följande etappplaceringar: 14-6-8-29-11 bland ca 275 tävlande?

Nu kan ni trogna läsare som ännu orkar läsa det jag skrivit, tro att det bara var här ovannämnda tävlande och supporters som var med på 5-dagars. Men vi var faktiskt 29 som tävlade och ingen tvingades bryta. Vi hittade alla de ca 1000 kontrollerna, som vi skulle leta upp.

Till sist vill jag uppmana alla läsare att någon gång ställa upp på 5-dagars. Visst kan det vara jobbigt ibland, men ni får i gengäld uppleva ett kamratskap och en gemenskap som är svår att uppleva någon annanstans.

- GERT -

+++++

## skogs sport

Du vet väl att det finns en tidning som heter "Skogssport"? Den är officiellt organ för SOPT (Svenska Orienteringsförbundet). Tidskriften kommer ut med 10 nr per år och innehåller det mesta om orientering, både på motions- och elitnivå. Vill du se hur den ser ut, så ligger den i VOK-stugan. Prenumerationsavgiften är 55 kronor per år. Den summan kan sättas in på Skogssports postgirokonton 41 08 82 - 5. Gör det! (BP)



#### DAG-KM

D 35: Ann-Marie Lundquist  
D 21: Lena Nyström  
D 15-16: Gunilla Pettersson  
D 13-14: Lena Johnsson  
D 10: Charlotta Håkansson  
H 21: Olle Gardell  
H 35: Nils-Erik Jakobsson  
H 43: Allan Eriksson  
H 56: Polke Magnusson  
H 13-14: Håkan Pettersson  
H 11-12: Jonas Lindgren  
H 10: Tobias Spång

#### NATT-KM

D 35: Ann-Marie Lundquist  
D 21: ?  
D 16: Isabella Nilsson  
H 21: Per Lindgren  
H 35: Nils-Erik Jakobsson  
H 43: Börje Ohlsson  
H 50: Bernt Ylander  
H 56: Anders Dahlin  
H 13-14: Håkan Pettersson  
H 11-12: Lennart Hörnell

## UNGDOMS BÄSTA

Till bästa ungdomar har utsetts:

D 15-16 Gunilla Pettersson  
D 13-14 Inger Karlsson  
D 11-12 Helena Nyberg  
D 10 Charlotta Håkansson  
H 15-16 Johan Hallgren  
H 13-14 Håkan Pettersson  
H 11-12 Jonas Matthing  
H 10 Tobias Spång

# Inför skidsäsongen

*Vi har det för  
Tävlingsåkarn – Motionsåkarn*

## Skidor:

*Peltonen – Elan – Järvinen – Kneissl – Karhu.*

## Skridskor:

*Suveren – Dalia – Karhu – Jalas.*

## Stavar:

*Exel – Jofa – Karhu – Lijedahl.*

(stålfiber - glasfiber - kolfiber)

## Bindingar:

*Bergans – Finngríp – Jofa – Roffefella.*

## Vallor:

*Rode – Swix – Rex – Toko.*

## Övrigt:

*Skidoveraller – Västar – Strumpor – Handskar –  
Mössor – Underställ – Skidfodral – m.m.*

# SPORT SPECIALISTEN



**SPORT** *bitu*

KUNG MAGNUS VÄG 3, 62100 VISBY 0498-18300.19130



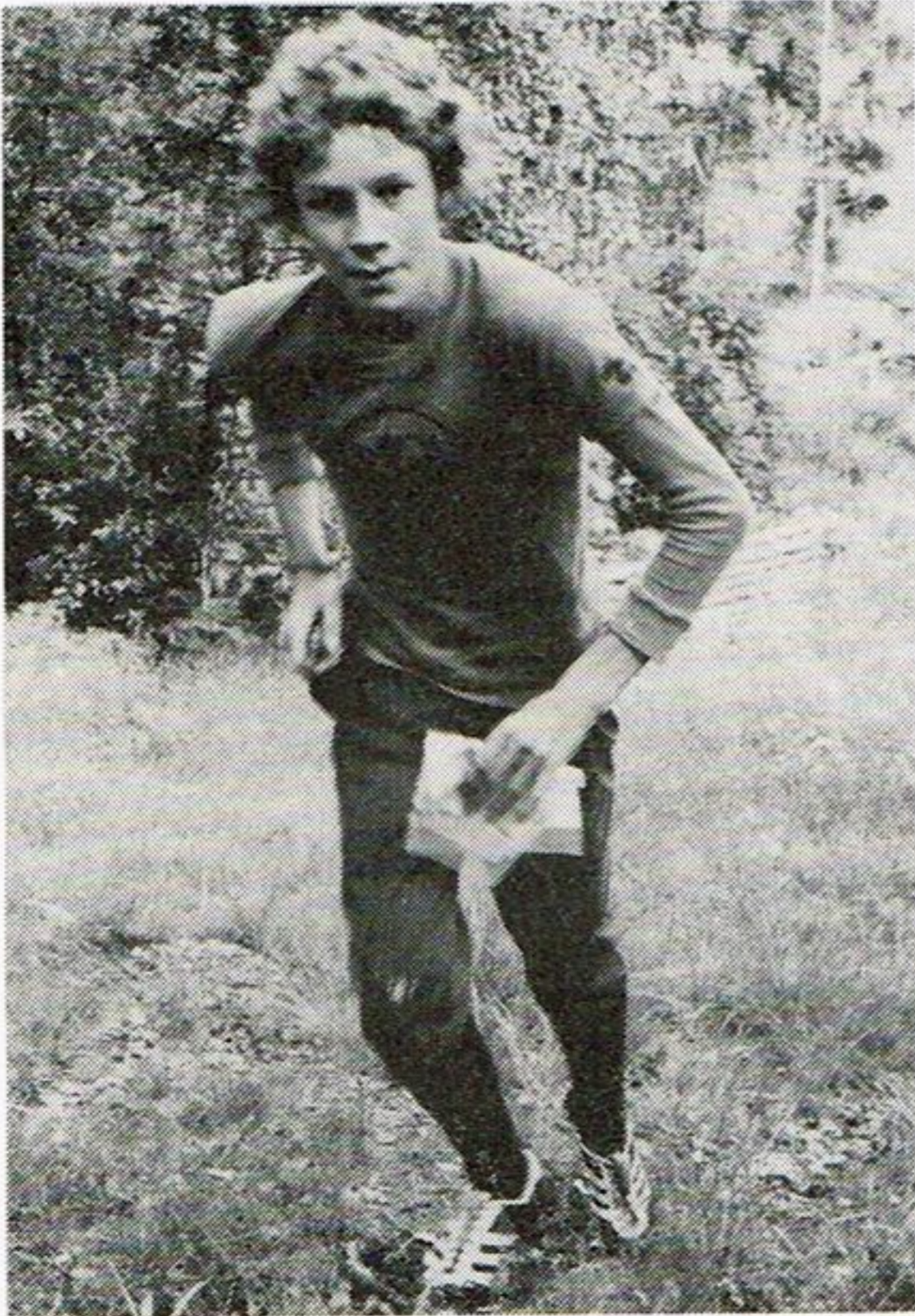


# SVETT-

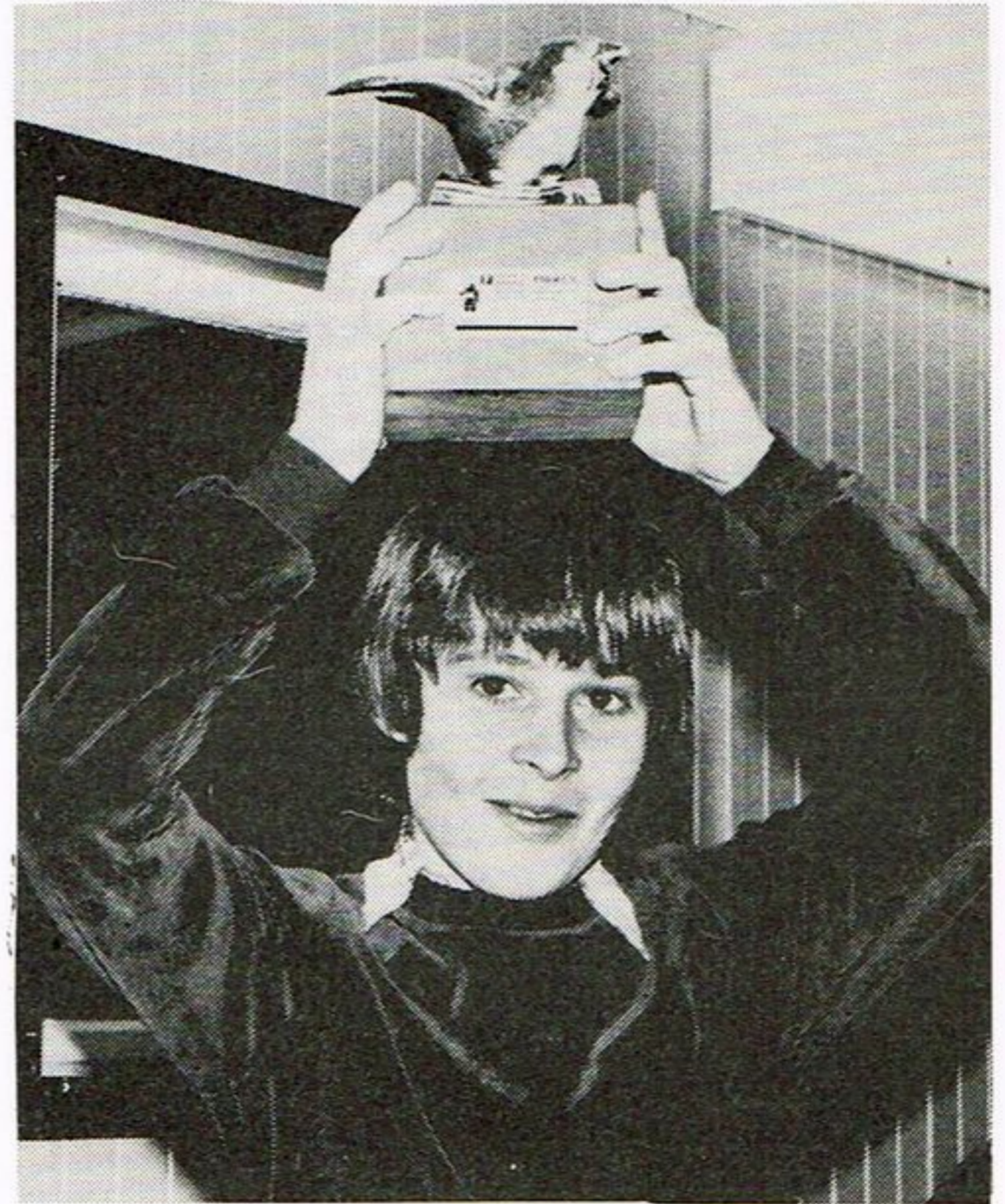


# BLADET

*Utgivet av Visborgs ok sommaren 1980*



JOHAN HALLGREN fick Skogskarlnarnas hederspris plus BPA:s stipendium i orientering 1979. Bra placeringar är 6:e plats i Skol-SM, seger 1979 på Dag-DM och Natt-DM 1978. Under år 1979 vann Johan 6 st tävlingar, år 1978 8 st.



JONAS LINDGREN fick Domus Sport trofén för sina insatser på skidor. Mest för sin utomordentliga 10:e plats på Kalle Ankas längdcup i Rättvik. Han vann även DM:et här på Gotland. I orientering är han också mycket duktig.

VOK:s styrelse samt kommittéer.

Ordförande:	Sten Björklund	tel 610 65
V. ordförande:	Gert Lundqvist	tel 703 57
Sekreterare:	Nils Hallgren	tel 112 47
Kassör:	Gurli Hörnell	tel 723 12
Orienteringssek:	Rolf Malmros	tel 135 76
Kart. o. tävlingssek:	Gert Lundqvist	tel 703 57
Skidsektionen:	Rolf Pettersson	tel 645 74
Stugkommitte:	Torbjörn Spång	tel 185 37
Ungdomssektionen:	Gunilla Pettersson	tel 645 74
Motionssektionen:	Uno Johnsson	tel 120 41
Festkommitte:	Hjördis Hallgren	tel 112 47

"SVETTBLADET", En definition.

Viaborgs Ok har under snart 10 år utgett "Svettbladet". Vem som är pappa till namnet är inte känt, men troligtvis var han ungdomskomiteledamot i början av 70-talet. Namnet är ganska passande på en tidskrift för en orienteringsklubb. Det första man tänker på är den svett som kommer fram under träningar och tävlingar. Genomblöta löpare som har förflyttat sig ett antal kilometer och därvid blandat sin svett med regn, vatten från sankmarker och ibland t.o.m. tårar. Emellertid är svettningen en reningsprocedur (jämför bastubad), varför ett välbefinnande kommer smygande efter utförd prestation, Då man hör ordet svett förknippar man ofta det med arbete, och nog fordras det mycket arbete att driva och utveckla en orienteringsklubb. Planering och genomförande av träning, tävling, läger, kurser, fastlandsresor m.m. fordrar oerhört mycket jobb. Att underhålla klubbstugan, sköta öppethållande och uthyrning tar mycket tid i anspråk. Vidare måste vi hela tiden tänka på att skaffa pengar till nödvändiga kostnader. Allt detta arbete utför medlemmarna helt oavlönat på sin fritid. Drivfjädern är istället att skapa förutsättningar för sig själv och sina medlemmar att utöva sporten samt tillfredsställelse att ha utfört ett bra och samhällsnyttigt arbete. VOK:s medlemmar ställer i regel alltid upp när de blir ombudade att hjälpa till med någonting. Vad man kan önska är att flera ställer upp som ledare och tar ansvar för en del av verksamheten. Kunnighet och initiativförmåga finns hos många men blygheten lägger hinder i vägen

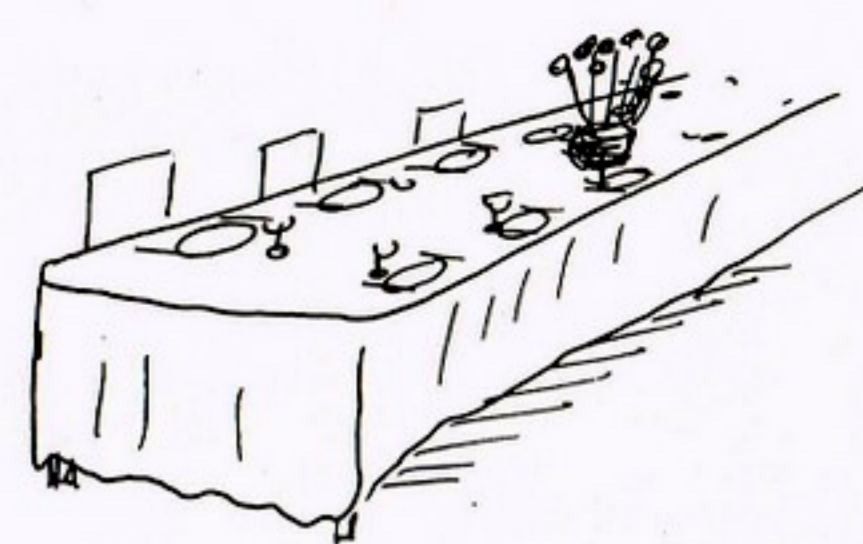
VOK:s MÅNADSLOTTERI

Följande personer har vunnit en 100-lapp i år.

Januari:	Tommie Nordahl	Freddie LYtholm
Februari:	Rolf Karlsson	Sven Nilsson
Mars:	Björn Fransson	Vanja Hallberg
April:	Camilla Nilsson	Karl-Johan Larsson
Maj:	Sture Larsson	Lars Arvidsson
Juni:	Rolf Malmros	

35 - ÅRSJUBILEUM I ÅR.

Visborgs OK bildades 1945. Av denna anledning kommer jubileumsfestligheter att hållas på FOLLINGBOHUS LÖRDAGEN DEN 25 OKTOBER 1980. Enklare förtäring, dans m.m. Boka redan nu in denna dag.

BUSSUTFLYKT TILL NÄRREVYN.

50 st VOK:are besökte den 15 mars Närrevyn i Klintehamn. Det var huvudsakligen motionsdansarna som med några tillskott fyllde upp en buss. Revyn är som tidigare mycket underhållande, dock inga elakheter mot orienterare och gammaldansare den här gången.

Ledamoten av festkommitteén Herr Karlsson hade vid påstigandet något fiffel för sig, han skulle utnyttja bussens bagageutrymme. Emellertid hälsade han de medåkande välkomma och underhöll tillsammans med när-sittande med väcker sång. Framförandet av Kostervalsen glömmar man inte i första taget. Samtidigt meddelades att samtliga resenärer skulle samlas i biblioteket innan återfärden anträdde.

Efter något irrande genom långa korridorer fann vi att biblioteket även hade andra inventarier än böcker. Reseledaren hade arrangerat och bjöd på vickning med smörgås och dricka vilket aväts under glam och støj, Tal hölls av bl.a. herr Lindenfalk.

Så småningom embarkerade vi bussen för återresan. Under allsång gick resan snabbt tillbaka till Visby. Vi tackar för det goda initiativet och ser fram emot nya bussutflykter,

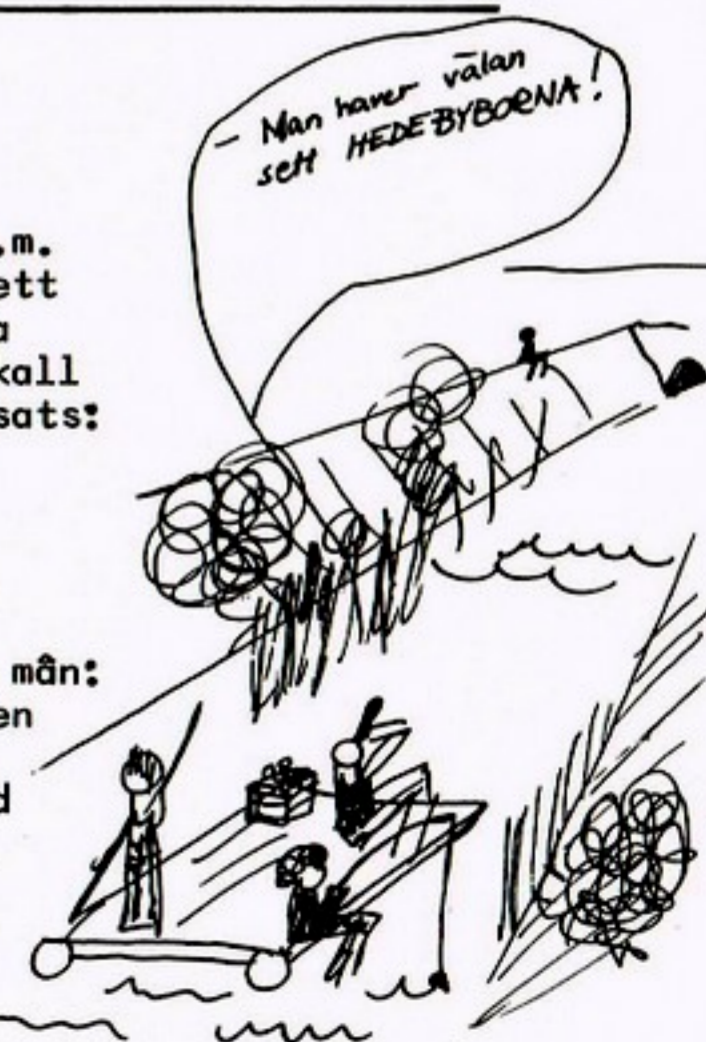
En medresenär

I STÄLLET FÖR TREDAGARS?

Vår klubb har åtagit sig att rensa bort buskar m.m. i en 7 km lång kanal i Follingbo. Vi har lämnat ett anbud på jobbet, som tillför klubben en bra summa pengar för den fortsatta verksamheten. Arbetet skall vara färdigt i år och vi tänker göra en rejäl insats!

LÖRDAGEN DEN 28 JUNI

Vi uppmanar därför ALLA MEDLEMMAR att ställa upp den dagen. Arbetet fordrar inte någon vana utan ALLA KAN HJÄLPA TILL, stora och små. Kvinnor och män: Vi tänker börja mellan 06.00 och 08.00 på morgonen och hålla på ca 8 tim. Samling vid skärm på vägen Follingbo-Roma. Ta med yxa och såg om Du har. Kontakta gärna Gert Lundqvist tel 703 57, eller Sten Björklund tel 610 65.



FÖRSTA ETAPPEN NÅDD! VOK:s KOMBINERADE  
POJK- OCH GUBBLAG KOM RUNT I 10-MILAKAVLEN!



Första etappen i VOK:s stora satsning på en vinst i 10-milakavlen är avklarad i och med vår 314:e plats i årets kavle, som avgjordes i skogarna runt Ösmo utanför Nynäshamn. Förra årets provspringning, där vi försiktigtvis nöjde oss med att rekognosera bara halva banan, resulterade i att alla var överens om att en långtidsplan var nödvändig. 1980 års stora mål var att komma i mål med alla 10 mannarna. En titt framåt ger vid handen att vi genom att ta 10 placeringar bättre varje år utan problem skulle kunna vinna den här kavlen om ca 31,4 år.

Vi ser då framför oss Johan den äldre springandeden typiska gubbsträckan åtta och lagom hinnande klä om innan hans son Nils den yngre går i mål som överlägsen ledare efter nionde sträckan ooh skickande iväg sonsonen Johan den yngre på en defileringsstur i mål. Platsen för denna 2012 års tävling är naturligtvis Gotland (som för länge sedan inkorporerats med Stockholmsregionen ooh VOK tillhör 10-milaklubbar) och banläggare den välkände profilen Nisse "Znarkarn" Hallgren, som på ett förunderligt sätt lyckats få in målplatsen mitt ibland höghusbebyggelsen på Follingboberget precis där VOK-stugan en gång låg.

Men för att ta det från början, så blev vår tur över böljan lugn och om man betänker att resan faktiskt tar hela 4½ timmar så förefaller det litet egendomligt att vissa VOK-are måste kasta i sig maten medan båten lägger till i Nynäshamn. Men taktiksnackandet och laguttagningen är förstås viktigare än magens krav på mat.

Vår förläggning var en skola ca 2 km från TC med en fantastisk utsikt över gymnastiksalgolvet, där tjejerna från Vittjärvs OK efter fullföljt 2-milalopp på sin väg till duscharna gjorde det litet svårt att koncentrera sig och vila inför kommande nattduster (i skogen alltså). På tal om vila, så tycker en del VOK-tjejer att det är konstigt att man sover med nummerlappen på sig. Vadå konstigt? Det gör vi alltid hemma?

Även Brook (uttalas "bruck") bodde på vårt hotell, men de gjorde verkligen inget väsen av sig. Möjligen oväsen...

Målplatsen hade man förlagt till något som kändes som ett gungfly, men som höll hela natten på av torrt väder. Konstigt att inte arrangörerna räknat med något som heter regn. Vilken dypöl det skulle ha blivit! I strålände solsken såg större delen av killaget när tjejerna gjorde sitt i jakten på en bättre placering än vår, dock utan att lyckas (en 320:e plats blev årets resultat). En liten del av vårt lag syntes inte till alls - lagledarna trodde att de laddade upp på hemlig, lugn plats. Men vissa rykten förtäljer att ungtupparna letade efter ett discoteque. Kl 14 på eftermiddagen! I Ösmo! Att de inte lyckades visar väl deras tävlingsresultat. För i tävlingen lyckades de.

Ja - vilken inledning! Nu är det ju ett välkänt faktum att folk egentligen bara tycker om att läsa om sig själva, så skall jag få några läsare av den här redogörelsen för årets 10-mila, får jag ge mig in på litet personligare detaljer. Hur klarade sig våra mannar?

Ja, egentligen är det väl bäst att börja med den kvinnliga delen av truppen, lagledningen i form av Mamma Pettersson, som troget stod på sin post från tidiga eftermiddagen till sena morgonen därpå. Visserligen liknade hon till slut mera en isstod, som man med lätthet petar omkull, men det såg nog bara så ut. Lagledningen var stabil och med hjälp av Nisse H så sköttes sysslan perfekt. Det var någon som påstod att lagledningen var dåligt informerad om "lagen om färdigsprungens rättigheter ifråga om spirituosa och amorosa", men i så fall var det nog bara av godo. Bär-joghurt och vittjärvtjejer fick ersätta detta. Problem med lagledningen hade vi egentligen bara när en del sorkjuniorer kom alldeles för tidigt i mål, så att efterföljande knappt hann få av sig överdragskläderna.

Nisse fungerade tidvis som överskjutsare, d v s han tog pigga, hela och rena VOK-are från förläggningen i sin fina Volvo och skjutsade tillbaka trötta, sönderrivna och framför allt nedsmorda från-topp-till-tå diton i en allt mera jockig bil.

Så släpptes kopplet iväg i en fantastisk kamp över startområdet, en myllrande, färggrann myrstack där folk t o m sprang på varandra i bästa Vasaloppsstartstil. Mitt i denna stack fanns det en orangetröjad myrkung, GERT, som väsende försvann i myllret - väsende eftersom han var så hes. Hesheten flyttades så småningom ned i knäna i form av mjölksyra som fick honom att gå i uppförslutorna och därmed tappa placeringar i varje backe. En 367:e plats blev lönen för utstått lidande och som påbröd, en förkylning som höll i sig ytterligare en vecka. Gert fick dock bara stryk av täten med 27 minuter på sträckan.

Näste man iraden av VOK-kavlare var TOMMIE. Han gjorde en prestation i sig genom att komma i mål på nästan exakt samma placering som han gick ut, 368 mot 367, men vår mest vältränade löpare fick ändå stryk med 33 minuter på sträckan. Berodde det manne på att någon jäkel lagt in kontroller också i terränglöpningen? Men, det är klart, på 15 km hinner det hända en hel del.

Så fick då JOHAN ta hand om den symboliserade stafett-pinnen och det är väl inte utan, att han fick oss att tappa fattningen ett ögonblick. Är det möjligt att han tagit in en halv minut på täten? Jodå - men han var inte ensam om prestationen, möjligen yngst. När han lämnade över till Rolf M, hade han fört upp vårt lag till 327:e plats och vi hade häng på Svaide igen - bara 11 minuter efter.

ROLF, som åtminstone när han pratar, går och hoppas på enbart en ledarroll i nästa år, får nog svårt med laguttagningen. Han tappade visserligen en kvart på täten, men hittade ett fint spår och gick som tåget och förde upp laget ända till 301:a plats. Det blir till att trappa ned ordentligt

En nattssträcka  
10 mila 1980



om han skall lyckas förbigå sig själv i laguttagningen 1981.

Så lägrade sig natten över 10-milaarenan och åskådarna fick återigen uppleva den härliga känslan av en enorm lysmask som drog sig ned mot målplatsen från sista kontrollen. Det påminde mera om ett elljusspår än om en orienteringstävling. OLLE gav sig iväg på en mörkerkörningsrunda och jag säger bara det: hade han tagit av sig fotbollsbenskydden, så är jag övertygad om att han hållit vår placering. Nu blev det degradering till 318:e plats och stryk av segrarlaget med 27 minuter.

PER - vår "långa-natten-man" - hade väl hoppats på mycket rimfrost på marken, så han kunnat använda sina orienteringskunskaper per skidor, men den 0-gradiga kylan/värmen räckte bara till ett lätt knaster över myrarna. Nu var han duktig ändå, och när undertecknad efter mycket frysande gick iväg var det med 287:e plats att bevaka - vår bästa placering under hla 10-mila.

Med funderingarna: "förväntar man sig ingenting, så är allt man presterar en prestation" kravlade jag mig iväg i allt kladdigare spår, som mer och mer liknade diken, åtminstone fram till första kontrollen. Finns det en härligare känsla än att spika första kontrollen i sin första tävling på fastlandet i ovant nattmörker? Jag tror det inte! Jag hade beslutat mig för att göra mitt eget lopp, inte lita på någon, inte förta mig och ta slut i något berg och framför allt se till så att jag kom runt. Av de 11 kontrollerna missade jag egentligen bara en med cirka 10 minuter, men visst tar säkerhet tid. Jag tappade 12 placeringar och massor av minuter (43 närmare bestämt) till tätlaget, men vad spelade det för roll. När jag i svagt ljusnande gryning kl 0300 växlade över till "GAMMEL-ROLF" fanns det hopp om att vi skulle få vara med ända till slutet.

Strax innan sista kontrollen ramlade jag pladask i ett dyigt spår och med ett nödrop undgick kartan ödet att bli oläslig. Jag kunde se den bit, där jag hållit handen, nämligen vägen mellan näst sista kontrollen och till mål! Men hjärtat slog några extra volter innan jag upptäckte att det gick att läsa sig i mål. För att spara Nisses bil, fick jag köra "Three o'clock night strip-tease show" utanför, med turligt nog/olyckligtvis (stryk det ej lämpliga) hann vi inte reklamera för evenemanget i Ösmobladet.

Under tiden sprang ROLF, som var inne på andra dygnet utan sömn (det skulle bli ett tredje) efter Bosöuppladdning, i gammal god stil. "Än hänger vi med", strålade det om honom när han kom i mål på 313:e plats 33 minuter efter segrarlaget. Han förde dessutom dagsljus med sig, så att en skumögd junior benämnd AGGE kunde ta över det hela. Hela söndagen efteråt ville han sitta irullstol, så man kan ju undra vad han hade för sig i skogen. Visserligen har jag hört att disco kan vara farligt, men inte finns det väl disco vid 10:e kontrollen? Skulle vara radiodisco vid radiokontrollen, då! Han fick i alla fall häng på rätt grupp och, trots förkylning, placerade han oss på rätt sid om 300-strecket igen, på 291:a plats. Vid det laget hade vi varit ute i 14 tim 29 min 20 sek.

Siste man på plan var FOLKE, som i det tysta (de flesta sov på sitt öra då) gjorde en prestation, för vem sticker frivilligt ut på en runda på 2½ timmar efter att ha sovit oroligt hela natten? Visserligen är det en omöjlighet i budkavlesammanhang, åtminstone om man är med i samma lag, men snart springer väl ättellägget Agge förbi farsan.

FOLKE defilerade i mål på sluttiden 16.58.42 mot segrarlagets 12.59.28 och fick för detta en budkavle med minnesorden:

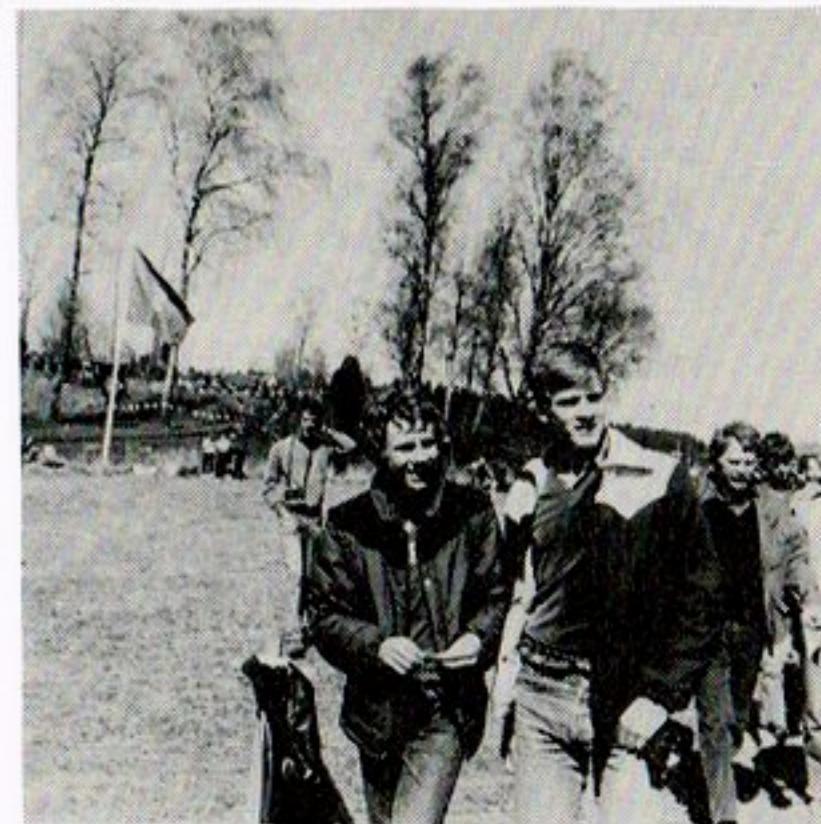
STIGMÅN, HULDROR ILAT FRAM MED SNABBA SPRÅNG  
ÖVER RÜSEN, HÄLLAR SOM OM FORNTID MINNE BÄR.  
DÄR VÅR STOLTA SKOGSSPORTS VAGGA STOD EN GÅNG.  
RIKSIDROTTEHÄLLAR NU VÅR TIOMILAHÄR?

Förhoppningsvis kan kavlen beskådas på VOK-muséet fr o m nu.

Om söndagen är inte mycket att orda, möjligen tycka. För nog är det välskräp att vi som i alla fall bor granne med Nynäshamn, inte skall få komma hem förrän på måndagsmorgonen medan norrmän boende på öarna utanför Bergen är hemma redan på söndagskvällen, trots att de åker buss?

Trots att Johan tyckte att vi skulle springa en träningsorientering (citrat: "man kan väl inte vara på fastlandet en hel dag med en nyritad karta i handen, utan att använda den?"), åkte vi till Stockholm och där skiljdes våra vägar alltefter våra intressen. Ett minne från den dagen får bli hejaklocksramsans från en Hammarbyfans på Råsunda, när domaren gjorde något fel: "VI VET VAR DU BOR! - VI VET VAR DU BOR!"

Till den som eventuellt hängt med till slutet av denna långa avhandling: Tycker du att det låter som om vi haft roligt, så tycker du rätt. Skulle jag inte lyckas kvalificera mig till nästa års 10-milakavle som tävlande, så hoppas jag att jag med den här berättelsen får komma med som skribent för Svettbladet. Svettiga hälsningar från BJÖRN



Insändare till redaktionen för "SVETTBLADET".

Det talas ofta om orienteringsänkornas ensamma söndagar, men följer man med ut och delar makens intresse som det så vackert heter, blir inte måndagen lätt den heller.

Då får man ju höra andra fruar på jobbet berätta att: -"Svenne hade köpt biljetter till den nya Disneyfilmen igår", eller: -"Kalle bjöd mig och ungarna på Guldkanten igår, så vi hade en riktig familjesöndag". För att slippa medlidande, mumlar man att -"vi åt också ute i går". För det gjorde man, - under en gran någonstans - medan regnet öste ned. Visst har vi tanter kul, när vi sitter där och väntar att någon av Er skall dyka upp i målfällan. Även om Ni kommer leriga, trasiga eller svårt sargade av taggtråd och annat otyg.

Men vi tycker synd om Er, som så ofta får springa efter kartor, som inte stämmer, leta efter kontroller som ligger fel. Vi förstår så väl att en och annan, går över till nybörjarbanan igen.

Men vi tycker nog att Ni går litet till överdrift med Ert skubbande. En del av Er tycks inte få ro ens i sömnen. Eller vad sägs om att en av Er höll på att skrämja ihjäl den övriga familjen, när han mitt i natten sätter sig käpprakt upp i sängen och hojtar: -"Går det nån stafett här idag? (Från säker källa).

"En som undrar varför alltid makens intressen skall delas".

## GÖTALANDS MÄSTERSKAPEN den 16 och 17 februari 1980.

Förutsättningarna för ett lyckat Götalands Mästerskap var i år enastående. Tävlingsarrangörerna, IFK SKÖVDE Skidklubb, hade förlagt tävlingarna till Billinge hus skidstadion i Skövde. Där hade man inkvartering och utspisning under samma tak i Billinge hus med endast några minuters gångavstånd till tävlingsbanorna i skidstadion.

VOK:arna anlände till Billinge hus på torsdag natt den 15 februari. Båtresan till Oskarshamn och sedan bilfärden till Skövde var aningen trött-sam men humöret var det inget fel på vid framkomsten. Var och en hade en skön säng att krypa ner i och efter några timmars sömn och frukost på fredag morgon var det dags att göra en förberedande provtur i terrängen samt ladda för de framförstånde tävlingarna. Det var blött i spåren och pannorna var rynkiga vid vallaställena.

Under fredagen gavs det även möjligheter till avkoppling och förströelse. En del använde tiden till uppladdning med avstressande bad i hotellets simbassäng medan andra bekantade sig med Skövdes begivenheter och shopping-tillfällen.

Under natten mellan fredagen och lördagen hade vädrets makter vänt sig på tävlingsarrangörernas sida. Tävlingarna kunde trots tövdret på torsdagen genomföras under ypperliga väderleksförhållanden med strålande solsken och snabba spår.

I de individuella tävlingarna på lördagen placerade sig VOK:arna enligt nedan:

H 13 - 14	2,5 km	"87 startande"
Segraren		tid 8.33
10	Joakim Larsson	9.13
38	Jonas Lindgren	9.43
73	Fredrik Fallenius	10.30

H 15 - 16	5 km	"100 startande"
Segraren		tid 15.06
18	Anders Lindgren	16.07
81	Johan Hallgren	18.02
86	Christer Håkansson	18.18

D 19 - 20	10 km	"7 startande"
Segraren		tid 36.25
6	Camilla Nilsson	47.22

H 43	2x15 km	"19 startande"
Segraren		tid 1.44.48
14	Rolf Pettersson	2.03.04

### Lagtävlingar

H 13 - 14  
9:e plats av 19 lag

H 15 - 16  
16:e plats av 19 lag

Efter väl förrättat värv avslutades lördagen med middag och dans på Billinge hus.

På söndagen den 17 februari när Stafetterna gick av stapeln hade man liksom på lördagen toppenväder med vårkänning i luften. Som vanligt i stafetter var man beredd att satsa allt. Här resultatet.

H 13 - 14	3x2,5 km	"16 startande lag"
Segrande lag		tid 28.27
9:e VOK		29.56
Lag	Joakim Larsson	10.38
	Jonas Lindgren	9.28
	Fredrik Fallenius	9.50

H 15 - 16	3x5 km	"19 startande lag"
Segrande lag		tid 47.48
18:e VOK		52.43
Lag	Anders Lindgren	16.25
	Christer Håkansson	18.14
	Johan Hallgren	18.04

Efter stafetten på söndagen fick vi som punkt på dagen följa en gäst-kramande lamp i TV mellan Tomas Vassberg och Juha Mieto på 3-milen i OS-tävlingarna. Store Juha förlorade med 1/100 sekund och blev 2:a. Så nära eller "långt ifrån" kan en skidlöpares vara från sitt livs bästa placering. Det gäller att ha orken och sekunderna på sin sida.

I skrivande stund har snön varit borta ett bra tag och det är inte särskilt många som tänker på skidåkning. Jag tror dock att de som var aktivt med och gjorde senaste skidsäsong till ännu en framgång för VOK:arna på hemmaplan och även visade framfötterna på fastlandet har en blodad tand att komma igen. Likaså har jag en stark känsla av att alla supporters som hejat fram VOK:arna längtar tillbaka till skidspåren.

Johan F



— VAR INTE RÄDD ATT TA PÅ  
DIG EN UPPGIFT I KLUBBAR-  
BETET, UNDERLÄTTA VALBE-  
REDNINGENS ARBETE....

### VOK- PRYLAR.

Klubben har ett mindre lager med kläder och skor för orientering och motion, bl.a. lång och kort-ärmade VOK-tröjor, klubb nålar och VOK-dekaler. Eräringsoveraller i klubbfärgerna tas hem på beställning. Prata med Anita Dahlberg eller Solweig Björklund, som sköter den här verksamheten.

## PROFILEN

TOMMIE OLSSON

Ålder: 32 år

Yrke: Assistent länstyrelsen  
Bor: Tillsammans med Gunilla,  
Marcus och Maria på  
Myrstigen 121

Längd: 1.70 m

Vikt: 65 kg

Hur kom du i kontakt med orien-  
tering och skidåkning?Vi skulle springa korpen 1971  
och drog lott om vem som skulle  
orientera och såklart blev det  
jag. Sedan satt jag där. Skidor  
hade jag åkt sedan jag var  
15 år.

Hur blev fortsättningen?

1971 sprang jag med 10-mila-  
laget, vi kom runt som sista  
lag 15 sekunder före maxtiden.  
Samma år slöt jag med fotbollen.Vilka är dina största fram-  
gångar?Skidor: Etta på DM 15 km 1979  
och många Lag DM. Vidare har  
jag ca 10 andraplatser på ind.  
DM.

Orientering: Medelmätta.

Landsvägslöpning: DM 25000m  
1979.Vilka är dina största besvik-  
elser?När man har gjort bort sig på  
en budkavle.

Vad siktar du på i år?

DM-kavlelaget och göra bra i-  
från mig på övriga tävlingar.

Vad siktar du på senare?

Inget särskilt, tar ett år i  
taget.Vilken är din styrka i orien-  
tering?

Löpning.

Vilken är din styrka i skidor?  
Kondition och uthållighet.Vilken är din svaghet i orien-  
tering?

Läser kartan för dåligt.

Vilken är din svaghet i skidor?  
Inte snabb på korta distanser  
och armstyrkan.Vad tycker du om orientering  
i allmänhet?

Bra sport för vem som helst.

Vilka förtroende uppdrag har  
du?Suppleant i styrelsen och är med i skid-  
sektionen.

Vad anser du om VOK?

Bra klubb med bra kamratskap och inget  
gnäll. Men det ställer upp för lite folk  
när det behövs.

Vilka andra intressen har du?

Familjen.

Vad är det värsta du vet?

Folk som pratar strunt. Osämja.

Vilka är dina sämsta sidor?

Äter för mycket godsaker och blir väldigt  
grinig när jag inte får träna.

Framtidsplaner?

Ej. köpa eget hus.

Favoritgrupp? Har varit Beatles.

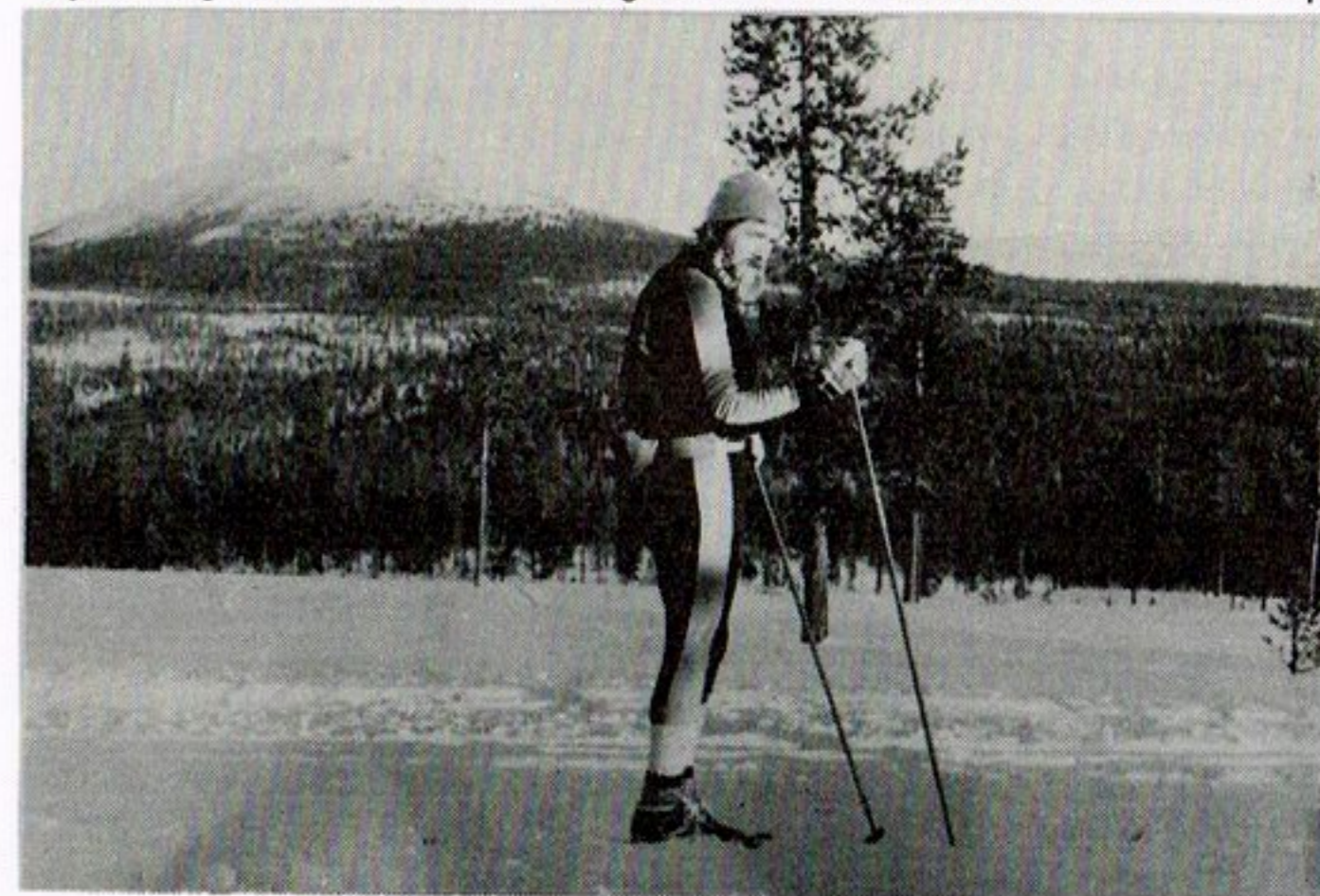
Favoritförfattare? Deckarförfattare.

Favoriträtt? Rotmos med fläsklägg och  
jordgubbar med glass till  
efterrätt.

Vad önskar du mest av allt?

Att jag och min familj får vara friska och  
att vinna en miljon på tipset.

## GOTLANDS SKIDFÖRBUND OCH VISBORGS OK PÅ SKIDLÄGER I IDRE FJÄLL.

Gotlands skidförbund kommer med ny giv för den skidåkande ungdomen.  
Rolf Pettersson Visborgs OK och Kaj Liljegren Bro OK har i skidför-  
bundets styrelse arbetat fram ett skidprogram för att öka möjligheter-  
na för den Gotländska ungdomen att hävda sig i skidsammanhang.Den 1 december åkte skidförbundet med Rolf Pettersson och Kaj Liljegren  
som ledare till Idre Fjäll på snöträningläger. Till gruppen hade skid-  
förbundet valt ut de ungdomar som på Gotland hävdade sig bäst i klasserna  
D 15-16, H 15-16, D 17-18 och H 17-18. De utvalda till lägret var Mats  
Lindqvist VIF/Gute, Eva Nilsson SOK Svaide, Maria Erlandsson SOK Svaide,  
Yvonne Löfkvist VOK, Anette Björklund VOK, Christer Håkansson VOK, Örjan  
Dahlberg VOK, Anders Lindgren VOK. Med på resan fanns också VOK:s skid-  
åkare som varje år förbereder skidsäsongen med snöträningläger i fjäl-  
len. Som tränare och rådgivare anlätade man Gösta Björklund från Lidingö  
IF. Gösta Björklund har under flera år arbetat med längdskidåkning och  
haft många elitskidlöpare i sin träning.Vädrets makter bidrog till ett lyckat skidläger. Några minusgrader och  
ca 30 cm snö i den förträffliga terrängen med lagom växling av motlut  
och nedförsslänter gav ypperliga förutsättningar för teknik- och ut-  
hållighetsträning.Dagarna delades upp i två pass, varav det ena passet ägnades åt teknik-  
studier ute i spåren och det andra passet till fri skidåkning, uthållig-  
hetsträning. Under skidpassen studerade man åkarnas skicklighet och fram-  
steg med hjälp av en videobandspelare. På kvällarna när mörkret lagt sig  
spelades videofilmen upp och kommenterades av ledarna. Var och en hade  
sålunda möjligheter att studera sina egna framsteg och brister i skidå-  
ningens konst.Vid sidan av skidförbundet kämpade VOK:s skidåkare. Göte Dahlberg, Sten  
Björklund och Tommie Olsson såg till att VOK:arna blev omhändertagna. Lik-  
som för skidförbundets del hade VOK:arna även möjligheter att få ta del  
av Gösta Björklunds erfarenheter i konsten att rätta åka längdskidor.Under lägerveckan fanns även tillfällen till avkoppling. Med stor för-  
tjusning och entusiasm hängde man i skidliften till den upplysta slalom-

Artikelförfattaren pustar ut på fjället

backen och prövade sin färdighet i slalomåkning med växlande framgång.

När Sune Malmqvist buss med Sten Björklund vid ratten styrde sin färd tillbaka till Gotland kunde man slutsummera lägerveckan och konstatera att den Gotländska ungdomen faktiskt kan åka skidor. Gösta Björklund gav ett gott betyg åt våra skidåkare.

Trots trötta miner och ömma muskler efter snöträninglägret ser VOK:are fram mot det andra träningslägret i Harsa över nyårshelgen. Vår ungdom vill satsa.

Som avrundning vill vi ge en fjäder i hatten åt skidförbundet för de nya tagen och vi hoppas att man i fortsättningen känner för och vill satsa på snöträningläger för vår skidåkande ungdom.

Bild och text  
Johan Fallenius  
Hasse Matthing

## SUCCE' FÖR NYBÖRJARKURSERNA.

I vår prövades en ny modell för rekryteringen bland ungdomarna. Grupp 1 bestod av förskolebarn och leddes av Anne-Marie Lundqvist och AnnMari Larsson. Grupp 2 innehöll barn som tidigare varit med på en nybörjarkurs. I den tredje gruppen fanns de som varit med en del men ännu inte börjat att tävla. Ledare för dessa båda grupper var Folke Magnusson, Elisabeth Olsson o Camilla Nilsson. I grupp 4 gick de som redan tävlat. Ledare: Evy Hörnell o Hasse Matthing.

Populärast var nog träningen i den s.k. "SKOGS-LEKSKOLAN" som bestod av 5-7-åringarna. De gick med stor iver in för uppgifterna som bestod i enklare kartteckensövningar, snitzlade banor o skogsmulleliknande aktiviteter.

Alla grupperna hade c:a 20 deltagare och ett dussintal sammankomster hölls innan avslutningen den 22 maj.

Kurserna kommer att fortsätta i höst då vi också ska försöka få med föräldrarna på en egen nybörjarkurs.

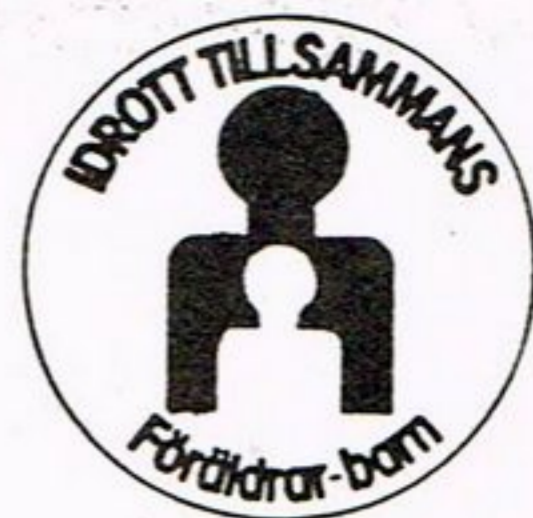


AnneMarie på avslutning med några ur grupp ett och två.



Så här springer man i grupp fyra, här Jo...  
Ma...

# SVETT-



# BLADET

UTGIVET AV  JULEN 1980



Inne i denna utgåva av "SVETTBLADET" står det mycket om VOK:s ungdomar. Men året har också i hög grad varit "tjejernas år". Det är i år som många av våra OL-tävlingar haft kvinnor som tävlingsledare. VOK:s bidrag till kvinnliga tävlingsledare är den här glada trion, som med högsta betyg ordnade 1980 års "VÅRTRÄFFEN". Från vänster: GURLI HÖRNELL, ANN-MARIE LUNDQVIST och LENA NYSTRÖM.



MER ELLER MINDRE OFFICIELLT ORGAN FÖR VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB OCH DESS MEDLEMMAR

Utkommer två gånger om året - kring midsommar och fram emot jul.

UPPLAGA: ca 300 exemplar = 1 ex/familj

HUVUDREDAKTÖRER: Björn o. Gunnel Fransson.

REDAKTÖRER: Kommittéledare och alla andra som blir ombedda att skriva eller alldeles på eget initiativ vill skriva något.

## INNEHÅLL

- Sid 2: Ledare. En bit av Sten.
- Sid 3: OL-sektionen ser på året. Tävling.
- Sid 4: Årets VOK-ungdomar.
- Sid 5: Olovord. Ungdomsår i VOK.
- Sid 6: Idrott tillsammans föräldrar-barn.
- Sid 7: Flitigaste i år.
- Sid 8: Höstresa till Stockholm. VOK-service
- Sid 9: VOK firar 35 år. Runristaren ristar
- Sid 10: Tävlingsledare - är det svårt det?
- Sid 11: Vår VOK-stuga. Mattantshorisont.
- Sid 12: Motions-VOK. Kompasslösning.
- Sid 13-14: Reportage från 5-dagars.
- Sid 15: Klubbmästare. Ungdomsbästa.
- Sid 16: Baksida.

## H-REDAKTÖRERNAS ORD

VOK-vänner!

Det är ett tjockt "Svettblad" ni har i er hand, troligen det tjockaste i klubbens 35-åriga historia. Så här tjockt hade det inte blivit utan många medhjälpare tankar och skrivelser. Det sägs på många andra ställen att VOK-folket alltid ställer upp när det behövs. Detta faktum bevisas även den här gången.

Vi har i det här numret försökt att ha som tema: "Undomarnas VOK!" Vi har också försökt att få med intervjuer även med VOK-are som inte så ofta får vara i förgrunden. Detta har inte hindrat att vi också traditionsenligt har pratat med de vana segrarna. Vi menar annars att de framgångsrika redangonom sina segrar har ett sådant självförtroende att de fortsätter att lyckas. Det är de andra som behöver all vår uppmuntran!

Alla artiklar som inte är signerade har vi själva svarat för. Teckningarna har Gunnel ritat och bilderna kommer från diverse kameror, bl a GA:s och GT:s.

GOD JUL ÖNSKAR  
GUNNEL o. BJÖRN

Som ordförande i VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB under de senaste åren har jag sett klubben utvecklas till en av Gotlands största idrottsklubbar med ungefär 650 medlemmar.

Vår klubbstuga har blivit platsen som en stor del av de omkringboende utnyttjar för sin motion och friskvård. Den har också blivit platsen för de flesta av vinterns skid-tävlingar. Har vi inte spår, så gör vi! Har vi inte snö, så kör vi dit!

Hur ser jag då på framtiden? När det gäller skidor och orientering så ser det ljusst ut. Vi har ju väldigt duktiga ledare och tävlande i båda grenarna. Under hösten har vår orienteringskurs varit en av de mest positiva händelserna med stort deltagande från både stora och små.

Litet undrande står vi inför vad som kommer att hända med VOK-stugan om de planerade "Bäcksområdet" blir av. Vi är inte så rädda för att få för mycket folk hit, utan bekymret är de som inte vi kan ta hand om på grund av ledar- och penningbrist. Min förhoppning är att det inte blir någon bebyggelse på området utan att det får vara vad det är idag och vara det som Gotlands kommun en gång bestämt: En fin rekreations- och idrottsplats.

SOFT begär 4 milj. kronor av staten nästa budgetår, en ökning med 700000 kr. Vårens förbundsmöte fastslog att den inriktning, som orienteringen skall ha under 80-talet, baserar sig på tävlings-, ungdoms- och motionsverksamhet. Det är inom dessa områden vi skall satsa våra resurser. Det är här vi skall utvidga vårt ansvar som friskvårdsrörelse.

Friskvård, ja. Här gäller det för oss att verkligen göra klart för våra beslutsfattare hur pass viktig som friskvård vår idrott är. I dagens samhälle med ungdomsalkoholism etc., hoppas jag att kommunen förstår att vi behöver hjälp med pengar så att vi kan utöka vår ungdomsverksamhet, för den saken är klar: IDROTT, SPRIT OCH RÖKNING hör inte ihop!

Pengar är en punkt som vi har att ta itu med på varje styrelsemöte. Vår anläggning, VOK-stugan, har blivit ganska stor och dyr.

Flera fastlandstävlingar och läger är en förutsättning för att vi skall hävda oss i konkurrensen. Men deltagarna blir fler och resorna dyrare, så det gäller att få ihop pengarna på olika sätt, t ex genom vår kanalrensning. Vad klubben behöver inför 80-talet är mera pengar och flera ledare.

Med förhoppning om lika gott samarbete inom klubben i framtiden och om många framgångar i tävlingssammanhang, slutar

- STEN BJÖRKLUND, ordf. -

## OL-SEKTIONEN SER PÅ ÅRET

Nu när orienteringsåret är tillända och vi i VOK:s orienteringssektion blickar tillbaka, kan vi med tillfredsställelse konstatera att året varit gynnsamt med en god ungdomsrekrytering och med goda resultat uppnådda vid tävlingarna.

En sammanfattning av årets fyra DM-tävlingar visar att vifått 14 segrare, vilket gör oss till bästa gotländska klubb i år. Närmast är SOK Svai-de med 11 segrar, Om man ser på alla tävlingar under året, så har vi tagit 84 segrar. Med sina 6 första-placeringar är Anne-Marie Lundqvist bästa VOK-are. Johan Hallgren har tagit 5 segrar men han har ju vid många tillfällen tävlat i en svårare klass än han egentligen tillhör.

Den budkavleseger som slår högst är nog när Johan Hallgren, Håkan Pettersson och Jonas och Ola Matthing sprang hem sommarbudkavlen i klass B ute vid Kinner i hård nationell konkurrens. Seger med drygt 5 minuter!

Många har uppehållit sig en hel del på fastlandet på läger och tävlingar. Att notera därifrån är att damlaget blev 310:a i "2-mila" och herrlaget 311:a i "10-mila" ( en placering bättre för damerna visar vilken klass vi har på damsidan). Allvarligt talat så har vi de bästa fastlandsresultaten i Johan Hallgrens 3:e plats i H15-16 A3 i 5-dagars och en 2:a plats vid VIK:s nationella i H17-18-klassen. Inger Karlsson tog även en 1:a-placering vid Mälardalens IK:s tävling i D13-14B-klassen.

Glädjande är också att Gunilla Pettersson o. Carina Erixon fick med så många ungdomar i Österåkerkavlen. Alla lyckades ta sig runt trots att många tävlade på fastlandet för första gången.

Vi i OL-sektionen har i stort planeringen för 1981 klar. Målsättningen är ett läger veckan efter skolavslutningen i Småland. Vi skall också satsa på fastlandstävlingar som under 1980 med påsktävlingar söderut, om möjligt i Danmark, 10- och 2-milakavlarna, lämpliga tävlingar en helg i augusti, Österåkerkavlen och som avslutning på året - Smålandskavlen.



GLADA VOK-ARE EFTER SEGER I "SOMMARBUDKAVLEN". FR.V.: OLA MATTHING, JONAS MATTHING, JOHAN HALLGREN, HÅKAN PETERSSON.

5-dagars är ju en speciell tävling där anmälningstiden redan gått ut. Det har beslutats i klubben att fr o m 1981 skall deltagare i åldern 21 år och uppåt betala sin startavgift själva.

Det vi vill bättra på, är träningsverksamheten under vår- och sommarmånaderna för att ge de som vill satsa en möjlighet att utvecklas i rätt riktning. Vi ser fram emot 1981 med stor tillförsikt och hoppas på ett gott orienteringsår.

OL-sektionen med ROLF M, MANKAN, ELISABETH, LENA, GERT, HASSE, INGEMAR OCH GÖRAN.

## LETARTÄVLING

OK! Vi skall vara ärliga - den här tävlingen är till för att få er att läsa "SVETT - BLADET" litet noggrannare. Så här skall ni göra:

Gå igenom tidningen och försök hitta alla förkortningar av Visborgs Orienteringsklubb = VOK. Här till vänster har ni en! Det gäller alltså bara förkortningen och ni får ta med även där VOK förekommer i rubriker och bilder. Räkna antalet (om du är lat så får du gissa!) och sänd in eller lämna lösningen till någon av oss Franssons senast den 15 januari 1981.

Priser blir det också. Vi lämnar ut priser i förhållande till insända lösningar. Priserna kommer ur VOK:s service. Har ni läst den här artikeln ordentligt, så har ni redan 4 gånger VOK.

# 4 ÅRETS VOK-UNGDOMAR

Redan tidigt i våras, på distansträningen inför 10-milakavlen, anade man varåt det lutade. Själva 10-mila visade samma trend, en 15½-åring kommer springande in på målområdet långt innan han väntades!

## JOHAN HALLGREN

Att det handlar om **JOHAN HALLGREN** kan den aktive VOK-aren knappast ta miste på. Att han korats till "Årets bästa pojke" är säkerligen också årets mest väntade utnämning. Johan själv är dock knappast nöjd med sin säsong. Visserligen vann han både Dag- och Natt-DM, men konkurrensen är stor, så det går minsann inte att vinna även andra tävlingar varje gång.

Det här med att vinna DM känns naturligtvis extra bra, och Johan tycker också att dessa tävlingar är de roligaste. Största framgången hittills hade han på Skol-SM i fjol då han blev sexa.

Johan satsar mycket på sin orientering. I år har han lyckats bli antagen till OL-gymnasiet i Olofström i Blekinge och det gör att han kan träna rationellt under sakkunnig ledning. På OL-gymnasiet går det 30 elever fördelade på tre årskurser. I Johans årskurs 1 har han 11 kamrater, men han är lika bekant med alla på skolan. Johan går Naturvetenskaplig linje och det som skiljer detta gymnasium från andra, är att eleverna slutar ½12 tre gånger i veckan och ägnar dessa eftermiddagar åt träning.

Två av eftermiddagarna åker hela skolan ut någonstans och springer träningsorienteringar. Med sig har eleverna en instruktör, som Johan tycker är jättebra.

Det är klart att det vore lockande för Johan att byta till en fastlandsklubb, men han har beslutat sig för att stanna i VOK.

Johan började sin orienteringskarriär 1975 och lockades egentligen med av Sten Björklund, som känner familjen Hallgren. Han var med i ungdomskurserna och en hel del läger i början och från ett läger har han exempel på sin värsta miss hittills:

Han fick för sig att han som träning skulle springa 11 km-slingan för första gången. Ute på banan ångrade han sig dock och tänkte gena hemåt igen till VOK-stugan. Han tog alldeles fel på riktningen och så småningom hamnade han vid en kyrka som visade sig vara Hejdeby på vägen mot Slite. Han hade ingen aning om var han var, så han var tvungen att stanna en bilist och fråga!

Min sista fråga till Johan blev om han var bäst på att springa eller orientera. Han tycker att båda går lika bra, men att hani

är blivit litet för bra löpare och därför missar för mycket. Det gäller att hitta ett mellanläge!

Svettbladet önskar en ovanligt ambitiös OL-are lycka till i fortsättningen med både studier och orientering!

## INGER KARLSSON

Årets bästa VOK-flicka! Årets stjärnskott? För oss som redan i vintermörkrets mars såg **INGER KARLSSON** träna, är det ingen överraskning. Redan då flöt/flög hon förbi killarna i Gutebacken.



Inger är 14 år och började egentligen inte med orientering förrän i år. Hon går i åttan på Södervärnsskolan och kom i kontakt med VOK efter att ha tränat en hel del löpning tillsammans med pappa Göran. Det här med löpning är egentligen det som intresserar Inger mest. Stämmer sedan orienteringen också, så är det inte många flickor som rör på henne.

Sedan i somras har hon tävlat varje söndag och två gånger har hon lyckats riktigt bra. Hon vann sin klass både i Mälarhöjdens nationella tävling och i Bro:s säsongsavslutande ½-milatävling. Mankan och Rolf M kan känna sig stolta över sin adept!

Inger lägger ner mycket tid på träning. Senaste året har hon i genomsnitt tränat varannan dag. Hon springer då minst 5 km och som mest 15 km! Hur många av våra gotländska elitlöpare tränar så mycket?

Samtidigt som vi gratulerar Inger till utmärkelsen "Årets VOK-flicka", så önskar vi henne lycka till i sitt fortsatta tävlande. Bäva månne nästa års D15-16-flickor!

# 5 OLOVORD I BASTMORA

Hör hit, alla orienterare, jag ber!  
Tänk om alla backar bara gick ner!  
Och tänk om man skärmen i ett snöre  
till sig kunde dra,  
det vore väl bra!  
Fast då skulle jag ej Mankan lärt känna  
och med honom i skogen fått ränna.

Du Uno, bry dej ej om alla pikar och skämt,  
jag håller på dej alltjämt.  
Att ha dej i köket som kumpan,  
det var skönt för en som inte är van.

Och så till dej som gillar prat,  
mer än mat,  
och som busat med mej i spa't.  
Till alla på kursen säger jag tack och hej!  
Om några år kan ni räkna med mej!

- OLOV 6½ ÅR MED MAMMAS HJÄLP -



## ÅRSMÖTE

TORSDAGEN DEN 29 JANUARI 1981 har VOK sitt årsmöte i VOK-stugan. Viktiga förhandlingar står på dagordningen. Kl 1930 börjar det och har du tur, hinner du med en liten tur på skidorna innan.

VÄLKOMMEN ALLTSÅ TILL VOK:S ÅRSMÖTE 29/1!!

--VOK-STYRELSEN--

## 5x5-DAGARS

Är du "5-dagarsdiggare"? Här får du hjälp med att planera dina resor några år framåt. 1981 går tävlingen i Hälsingland med Mohed utanför Söderhamn som centralort. 1982 är det Norrbottnens tur med en alldeles ny och egenartad orienteringsmiljö. Sedan är det Smålands tur 1983 med motorstadion i Anders-torp som centralort. Blekinge arrangerar år 1984 och året därpå, 1985, får ni åka till Dalarna och gå i mål mitt i skidspelens stadion i Falun.

# 5 UNGDOMSÅR I VOK

Vi har haft ett fint ungdomsår i VOK och här kommer en kort sammanfattning av årets verksamhet varvad med lite statistik.

Klubbens nybörjare har vi hållit igång varje lördag under våren och hösten. I genomsnitt har det varit 25-30 deltagare och av de som började som nybörjare i våras har 16 redan börjat tävla med bra resultat. Samtidigt med nybörjarekurserna har vi haft en knattegrupp med barn mellan 3-7 år. 15-20 livliga ungar har varje gång haft små lekfulla orienteringsövningar. På hösten startade vi dessutom en mycket uppskattad kurs för vuxna nybörjare med ca 20 deltagare. De flesta var föräldrar till våra nybörjare.

Vi har genomfört 3 läger, varav 2 vid VOK-stugan och ett på fastlandet.

I årets ungdomsserie kom vi på 3:e plats, med 3 segrar och 1 förlust. Förlusten kom i gruppfinalen mot Svaide och vi segrade över Hansa, Bro och Garda.

Vi fick revansch för nederlaget i U-serien när vi senare på hösten vann tävlingen om Silvapriset före Svaide och Roma. Silvapriset är en poängtävling i ungdomsklasserna på Dag-DM. Vi fick 128 poäng mot Svaides 123 och Romas 88. När jag nu halkade in på DM-tävlingarna kan jag nämna att vi fick flest DM-segrare även om vi räknar med de vuxna klasserna. Och halkar vi vidare, så kan jag tala om att vi på nästan alla tävlingar fått flest segrare i klubben. Av alla de segrar och övriga fina resultat som uppnåtts under året har våra duktiga ungdomar svarat för de flesta. GRATTIS till er alla som vunnit någon tävling under 1980!



Jag tycker att det resultatmässigt har varit ett fantastiskt fint år. Det har varit väldigt skojigt att jobba i klubben eftersom alla har ställt upp och hjälpt till med klubbens ungdomsverksamhet. Jag vill passa på att här tacka alla som på något sätt har hjälpt till med ungdomsverksamheten under året. TACK! säger

- GERT -

Så därför skall vi be även en av kursens manliga deltagare berätta:

**OLOF BERGLUND**, en av de här männen, tycker dock inte att han varit så tävlingsgalen - mera en "tävlingsglad - en". Han har till skillnad mot Margareta orienterat tidigare. På IME har han varit med i flera interna korptävlingar och där blivit självlärd i sporten.

Hans son, Torbjörn, har gått på ungdomsträningen, medan Olof följt föräldrakursen för att öka på sina orienteringskunskaper, och också få nya tips från Rolf.

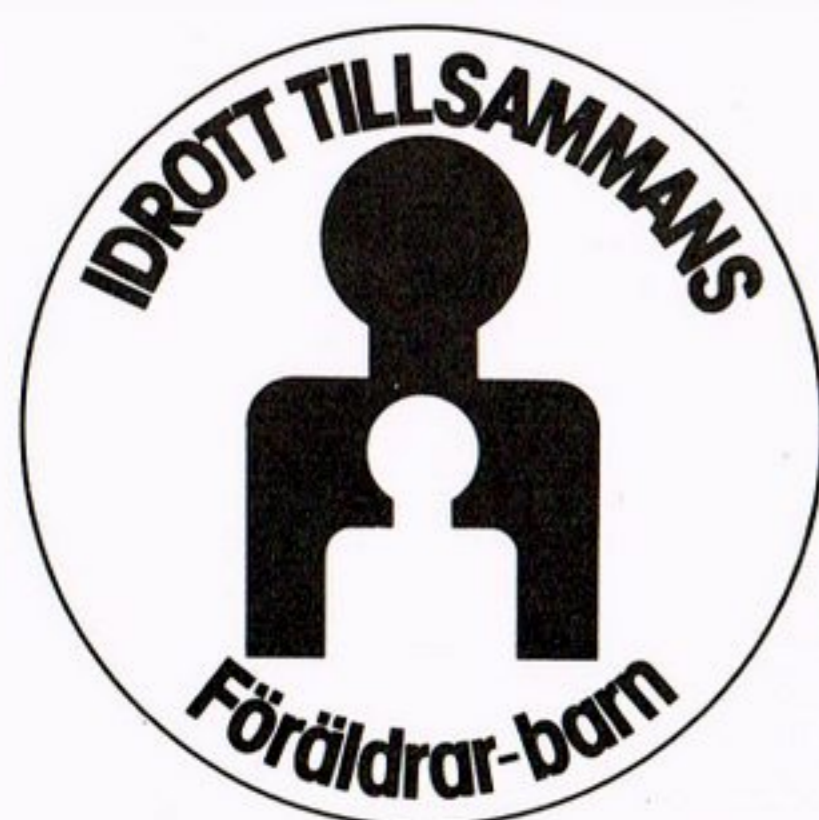
Han tycker också att det har varit en trevlig kurs och hoppas att många fler föräldrar skall den här chansen till sportaktivitet för egen del.

"Jag vill också ge en eloge till allakvinnor som deltagit", säger Olof. "Jag blev förvånad över att det var så många mammor som ställde upp.



I fortsättningen kommer jag att vilja tävla. När Torbjörn är ute och springer är det roligt att jag också kan göra det. Svårast för mig är nog när jag springer långt och blir trött - då har jag svårt att tänka på rätt sätt. Men så är det med orientering - huvudet måste hinna med benen och tvärtom".

+++++



Den här dekalen har du säkert sett många gånger i år. Den bär ett motto som vi hoppas skall hålla långt fram i tiden. För barn och ungdom har det i många år anordnats orienteringskurser av de olika klubbarna. Nytt för i år i VOK har dock varit att även föräldrar fått möjlighet att börja från början.

Det är Rolf Malmros som varit ledare för cirka 15 vuxna, som sakta, men säkert lärt sig karttecken, vägval, kompass och allting annat som hör orienteringskonsten till. I början fann deltagarna säkerheten i gruppen, men mot slutet har alla någon gång letat sig ensam genom VOK-skogarna.

"Det har varit väldigt roligt", säger **MARGARETA PERSSON**, en av deltagarna i kursen, och mamma till MARIA, 6 år och Stefan, 10 år. "Barnen har tränat i andra grupper medan jag orienterat tillsammans med Rolf och de andra.

Förut gick jag bara här och "drällde", medan jag väntade på barnen, och när Stefan kom hem och berättade om hur han sprungit kunde jag inte vara med och diskutera. Men nu har det varit meningsfull väntan och vi har alla i familjen kunnat vara med i det obligatoriska "eftersnacket".

Rolf har varit mycket ambitiös och han har haft förmågan att göra orientering lättbegriplig. Själv har jag inte haft någon tävlingshets utan tagit god tid på mig i skogen. Det svåraste och som jag nog missat mest på, har varit att göra rätta vägval - det måste jag träna mera. En gång har jag sprungit direktanmälan - i Höstträffen. Då tyckte jag att banan var alldeles för lätt, så nog har jag lärt mig en hel del.

Om jag kommer att fortsätta med en ny kurs nästa år, vet jag inte, men jag vill gärna för det har varit väldigt roligt.

Margareta slutar med att säga att det här är hennes syn på kursen, men att de tävlingsivriga männen kanske har andra synpunkter.

## FLITIGASTE I ÅR

En av årets flitigaste pojkar i ungdomskursen har varit **KRISTER LARSSON**. Han fick vid avslutningen "flitpris 2", som bestod av en halskedja med en orienteringsskärm på. Den fick han för att han varit med hela 19 gånger i år.

Krister går i klass 5 i Västerhejde skola, och jag nappar honom för en intervju mitt under en lektion, men med magisterns goda minne. Vem som är magister? Nils-Erik Jakobsson, förstås!

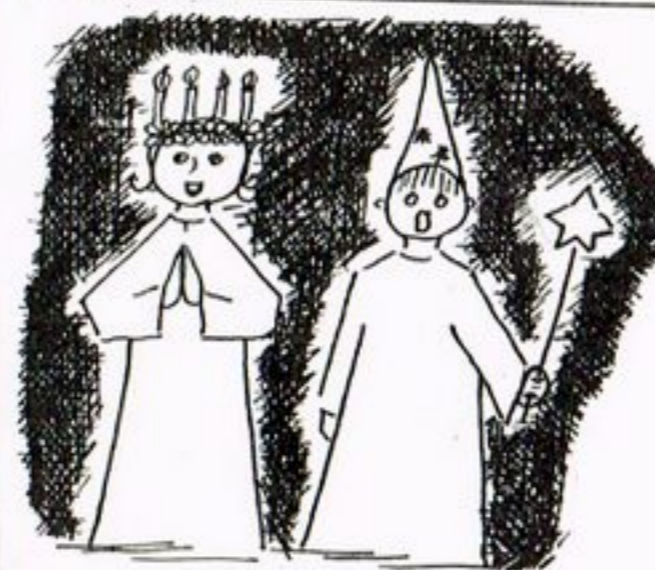
Det här med att du har Nils-Erik som lärare - hur har det påverkat dig, när du valde sport, blev min första fråga till Krister. - Det har inte påverkat mig någonting, utan jag blev intresserad av orientering i våras, när vi träffat släktingar på fastlandet som orienterade. Dessutom är vi en hel hop i vår klass som orienterar, så vi påverkar väl varandra till att fortsätta, säger Krister.

Krister berättar att han är 11 år och att han gillar frisk luft och natur. Hans pappa skjutsar honom villigt varje gång det är något på gång, trots att pappa själv inte sysslat med den här sporten. Kanske blir det Krister som lockar med honom en vacker dag.

Krister har bara tävlat några gånger under hösten, förutom serietävlingarna, och han tycker själv att det gått ganska dåligt. I ett par tävlingar har han t o m brutit. Årets bästa insats gjorde han vid Kinner på sista tävlingen för hösten. Han tycker att han är en ganska dålig löpare, men att orienteringen med kompass går bättre.

En riktig tabbe gjorde jag en gång, berättar Krister, det var när jag sprang alldeles för länge på en väg. Då kändes det litet läskigt i magen.

Vi avslutar vår lilla intervju genom frågan vad Krister gjorde de gånger han inte var med på VOK-kurserna. - Då var jag sjuk, säger Krister. Annars missar jag inte gärna på lördagarna, för det här är jätteroligt och Gert är en bra ledare.



DROG-FRI LUCIA!



Tjugotvå (22) gånger har **LISA LARSSON** varit med i årets ungdomskurser. Med de siffrorna kan vi kora henne till årets flitigaste nybörjare! Det är klart att "Svettbladet" måste göra en intervju!

Lisa är 8 år och går i Humlegårdsskolan i klass 2. Det här med att hon är släkt med Gert har väl påverkat både henne och mamma Ann-Marie. Mamma har ju t o m ställt upp som ledare för knattegrupperna i år.

Lisa tävlade ingenting innan "Knattekampen" men då var det dags att sätta igång på allvar. Sedan dess har hon varit med på tävlingarna i klass D10, men konkurrensen är svår mot flickor som är två år äldre. Bästa placeringen hittills är en tredjeplats.

- Vilken är din värsta tabbe? frågar jag Lisa. - Det var nog på en ungdomstävling på Klinteberget. Då gick jag omkring en hel timme och letade, säger Lisa. Att det var oro i lägret då, kan intervjuaren intyga. "Hon ger sig aldrig", sa mamma Ann-Marie.

Vår flitiga Lisa har också spelat fotboll tidigare, men matcherna kolliderade alltid med orienteringen, så hon måste välja. Att hon valde orienteringen har hon inte ångrat. - Det är roligt att träffa kompisarna Pernilla och Anna varje gång det är träning. Och ibland är det läger. Jag har varit med på två läger i sommar och de har varit jätteroliga.

I vinter skall Lisa pröva på att åka skidor, så vi hoppas att hon får riktigt mycket av den vita varan att åka på. "Svettbladet" önskar lycka till i fortsättningen.

En dam, som inte gick helt upp i tävlingshetsen, deltog i en skånsk kretstävling. I skogen påträffade hon en liten kille, som kommit alldeles vilse och grät i sin förtvivlan och ensamhet. Omedelbar tröst var av största betydelse. Då kom damen på en lika sällsam som lysande idé: - Skall jag berätta en saga för dig?

- Ja, tack! snyftade pojken.

Efter det lyckliga slutet på sagan sken han upp, fick hjälp med riktningen och den fortsatta vistelsen i skogen blev både uthärdlig och spännande.

# HÖST RESA TILL STOCKHOLM

8

"Vi åkte på fredagkvällen. När vi kom fram packade vi in oss i minibussarna. S'en åkte vi genom Stockholm till Åkersberga. Jag kom till rätta i min sovsäck kl 1..."

Så börjar Torbjörns berättelse om en orienteringsresa till Stockholm i slutet av september. Gunilla P och Carina E hade ordnat ett spännande veckoslut för 27 VOK-are, med deltagande i Österåkerkavlen och Mälardalens nationella tävling. Österåkers-kavlen sprangs med 3-mannalag och Anders berättar vidare...

"Nästa morgon kände vi oss trötta och fick snabbt frukost i oss. Vi gick ut till bussarna och körde iväg till tävlingscentrum. Vi stod och väntade förväntansfullt på att mina medtävlare skulle komma

Vi stod och såg våra förstasträckare starta. Vi väntade förväntansfullt på att de skulle komma och rätt som det var så var det min tur - jag satte iväg! Min bana var ca. 3 km 200 meter. Det gick fint och jag sprang på stigen på väg fram till kontrollen. På 26 minuter var jag runt hela banan!

Att det var spännande kan vi förstå. Det var inte mindre spännande nästa dag på Mälardalens tävling med deltagare från alla klubbar runt omkring Stockholm. För Inger Karlsson gick det bäst, för andra mindre bra - några hade svårt att hitta rätt bland alla höjddkurvorna. Eriks teckning får illustrera terrängen.



Spridda kommentarer: "Jag känner att det går bra idag!" (Lena) - "Det gick bra" "Jag sprang bort mig och bröt, men så hittade

jag in på kartan igen. Jag vet inte hur jag irrade". - "Usch Mamma, vad jag är nervös!" - "Och så var det en stor slalombacke precis i början, den tog ju kål på en!"

Dagen slutade med ett Stockholmsbesök och Torbjörn skriver: "Sen gick vi omkring på stan en stund innan vi gick på bion som en del ville se. Sen tog vi tåget till Farsta. Sen körde vi till Nynäshamn..." - "Jag gick och lade mig i discoteket..." - "När jag kom av båten stod mamma och pappa och väntade. Sen åkte vi hem!"

====

## VOK-SERVICE



"TILLVÄXTEN ÄR GOD!"

VOK:s försäljning kommer i fortsättningen att vara öppen andra tisdagen i varje månad kl 1800-2000 och då bara efter förhandsbeställning per telefon.

Tel: ANITA 17262 SOLVEIG 61065

Vi kommer att göra en ombeställning av den tävlingsdräkt för orientering som en del redan köpt. Det går bra att beställa redan nu. En ny modell på väska är också beställd. Plyschtröjan som väl alla sett vid det här laget, finns också att beställa i storlekar från XXS - XXL (ca 140-150 till stl 8).

VOK-tröjor med kort och lång ärm finns hemma, liksom orienterinsbyxor och skor, kompasser och några udda storlekar av poplin-overallen. (ANITA o. SOLVEIG)

====

# Trim-Orientera

# VOK FIRAR 35 ÅR

9

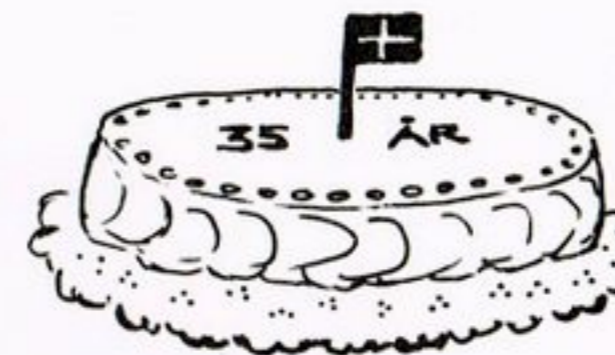
Med anledning av VOK:s inträde i "K35"-klassen, avhölls den 25 oktober jubileumsfestligheter på Follingbohus. Ett 80-tal medlemmar hedrade 35-åringen med sinnarvaro. Trots dåligt väder ute var stämningen i lokalen hög hela kvällen. Deltagarna, som samlades kl 1900, hade i inbjudan uppmanats att ha på sig rena strumpor, men hade kanske haft större fördel av välvårdade skor.

Herrerna blev nämligen berövade sinena sko vilka hopsamlades klassvis efter ålder (på ägaren). Damerna fick därefter välja en sko och leta reda på en passande fot. Foten med tillhörande herre ledsagade sedan damen till middagsbordet. Gästerna undfägnades med rostbiff, potatissallad och som efterrätt äppelkaka med vaniljsås.

Under middagen hölls tal av bl a ordföranden Sten och ett flertal bordsvisor sjöngs under ledning av Sture Karlsson. Vidare underhöll Herbert med folkmusik på myckelharpa, och körsång utfördes av Anne-Marie med kamrater från Allmänna Söngaren.

VOK:s hedersmedalj i silver för 10 års förtjänstfullt arbete inom klubben tilldelades Sten Björklund, Rolf Malmros, Rolf Pettersson och Tommie Olsson. Bronsmedalj för 5 års förtjänstfullt arbete fick Reidar Erixon, Gurli Hörnell, Torbjörn Spång, Staffan Roos, Herbert Nilsson och Aina Österdahl.

Efter dessa ceremonier var det dags för motion på dansgolvet. Dansmusiken utfördes på ett utmärkt sätt av "Roes" orkester. I en paus i dansen visade VOK:s motionsdansare, vad de håller på med om söndagskvällarna.



Innan sista perioden i dansandet inleddes, serverades kaffe och tårta. VOK-arna visade stor aktivitet på dansgolvet hela kvällen och endast ett fåtal for hem innan avslutningen. Sista dansen spelades kl 0100, och deltagarna kunde återvända hem efter en trivsamt aften. Festkommittén, Hjärdis, Aina och Göran samt Gunilla och Sture har åter på ett utmärkt sätt genomfört ett arrangemang som vi tackar för.

- EN DELTAGARE -

De flesta av dagens VOK-are känner säkert inte till klubbens brokiga historia. Till 25-årsjubileum skrev ANDERS DAHLIN ihop en historia, som vi av utrymmesskäl måste dela upp i flera avsnitt. Här kommer:

## RUNRISTAREN RISTAR OM VOK

Under den stora ofredens år började flera av kämparna i P18 IK tröttna på tingens ordning. Trots att där fanns flera av gutarnas yppersta kämpar på nordvisare dröjde det ända till det år den stora freden drabbade världens folk innan något hände.

På skördemånadens 21:a dag möttes den väldige envigskämpan KURT NANNESSON och runristaren på gårdstunet, där konungens hird höll till. Som följd av detta möte sändes budkavle ut till alla kämpar på slätten om rådslag efter envig i trakten av Stenkyrka Hangvar.

På Korpklint fem gånger tusen karlasteg norr om Visby klev flocken av tramphästarna för att tala om saken. Många visa ord sades och efter en stund var alla ense. Man ville ej längre gå i band hos Kungens Hövitsman utan själva sköta sina angelägenheter som gutar gjorde fordomtina. När solskivan sjunkit i väster den 28:e dagen i höstmånad träffades STIG RUNEBORG, HG BILLTÉN, SVEN KARNEHED, HELGE KLEPFVEBRANT, IVAR KLANG, LAGE FILIPSSON, KURT NANNESSON, ERIK PETERSSON, E NORDFJELL samt runristaren i ett av kungens hus.

Stig blev där utsedd till talman, Billtén som hans närmaste man, Sven Karnehed till skrivare, Helge skulle ha hand om guld och silver. Som ersättare valdes Ivar och "Gubben" Nordfjell. Varje man skulle erlagga 2 och en halv silverpenning varje årsrunda, till Helge kassabevare. För att i någon mån blidka kungliga hövitsmannens vrede beslöts att de av kungens krigsmän, som varje år övades på slätten, skulle, om de dög, och betalade en silverpenning, då delta i flockens ledungar bland enris, martallar och trask mot övriga gutaflockar.

Så gick det till när Gotland fick sin första specialklubb i orientering. VISBORGS ORIENTERINGSKLUBB skar man på skärstav. På gräsmånads 10:e dag, året efter det stora kriget, upptogs VOK i Riksidrottsförbundet och samma dag även i Svenska Orienteringsförbundet. Från det året började VOK-arnas härjningar med nordvisare, något som övriga gutar smärtsamt fingo erfaras.



- ANDERS DAHLIN -

## TÄVLINGSLEDARE- ÄR DET SVÅRT DET?

Slår man upp ordet "Post" i en uppslagsbok så konstaterar man att det betyder "efter" eller "senare". I VOK stämmer det här dåligt, för det är minst tre av våra mest aktiva klubbmedlemmar som jobbar på posten. Det är snarare så, att vi oftast ser dem stå på "post", gärna "efter" eller "senare" än alla andra.

Svettbladet har pratat med en av postisarna och bett honom berätta litet om hur det känns att vara tävlingsledare för första gången.

- Du, **GÖRAN FREDRIKSSON**, nu får du först ge oss litet data om dig själv!

"Jag är 43 år, men brukar för det mesta ha mina duster med Uno och Hasse i H35B. Till nästa säsong får jag nog gå in i min rätta klass. Det här med orientering kom ganska tidigt in i mitt liv, eftersom jag gick i samma klass som Roffa Pettersson på Solbergaskolan. Men den kom mest in på så sätt att jag skrattade åt Roffa som inte just tänkte på annat. Själv började jag springa orientering 1979 med premiär i Gutaloppet i augusti.



Det hela började egentligen med att Henrik började åka skidor i VOK. Jag följde med honom på ett läger på fastlandet och sedan var jag fast. När man bad mig ställa upp i orienteringssektionen, så gjorde jag det och nu är det svårt att komma undan. Sedan dess har det blivit åtskilliga läger och man undgår inte att bli biten och känna att man vill försöka själv..

På ett sektionsmöte i våras, skulle vi fördela arbetsuppgifter för året. "Du får ta Knattekampen", sa Gert. Och jag hann inte värja mig innan det var på pränt. Ja, egentligen tyckte jag nog att skulle bli roligt att pröva på rollen som tävlingsledare."

- Eftersom det är många VOK-are som kommer att ikläda sig den rollen framöver, är det bäst att du berättar litet mera om hur man går till väga!

"Ja, det första du måste göra, är att skaffa dig en fin kontakt med banläggaren. I det här fallet var det inte svårt - Bettan skulle sköta banläggandet. Eftersom kartan, den nya 1:10000 vid VOK-stugan, inte blev färdig förrän vid 5-dagarstid, så kunde vi inte sätta igång förrän då. När banorna väl lagts, och det var en vecka kvar till tävlingen, hade jag semester, och då satte vi igång med det största jobbet, nämligen att trycka banorna på de tävlandes kartor och att skriva i startkortet. Bettan och jag hjälptes åt med detta, och det tog sin tid att fylla i 260 startkort och kartor.

Ett problem, som vi inte kände till så bra, var att bankontrollanten skulle vara med redan från början. Denna gång gick det bra ändå och Svaides Bengt Malmberg var nöjd med våra banor. Han kontrollsprang dem på morgonen innan tävlingen och det var tur, för en skärm hade rivits bort av någon illvillig person.

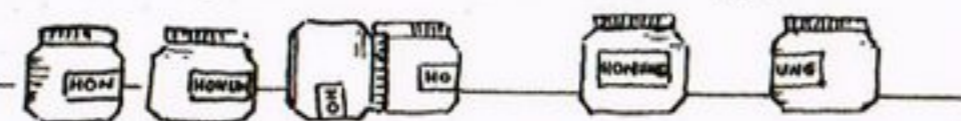
Sedan skulle jag båda upp folk till själva tävlingsdagen och det var verkligen inga problem. VOK-arna ställer upp mangrant, när det är tävlingsdags! Ett problem, som jag slapp denna gång, men som nog annars kan vara det för en tävlingsledare, är att fixa priser. Priserna bestod ju av diplom och honungsburkar och det skaffades direkt från SOPT genom Gerts försorg. Det var ju också lätt att administrera, för lottningen gjordes innan starten. Alla som fått ett kryss på sitt startkort fick ett pris. En och annan unge räknade nog ut detta i förväg, men det gjorde inte så mycket. Här gällde det ju bara att springa runt och tiden betydde ingenting."

- Så det verkar inte som om det var sista gången du ställde upp som tävlingsledare?

"Nej, det tror jag inte. Det var roligt och jag fick fin kontakt med alla VOK-are."

- Så var det framtidsplanerna, Göran?

"Jag får väl fortsätta att hänga med Henrik ut på orienteringarna och också fortsätta kampen mot Hasse och Uno. För egentligen är det roligaste, när man är några stycken som kämpar mot varandra. Tråkningarna efteråt kan vara rätt hårda, mende är hjärtliga. Så blir det väl Post-SM så småningom igen. Det är alltid roligt!"



## VÅR VOK-STUGA

VOK:s anläggning i Stora Vede i Follingbo, är centralpunkt för klubbens verksamhet. Där kan klubbmedlemmarna samlas för träning, utbildning, information och trevlig samvaro under hela året. Verksamheten fordrar att anläggningen underhålls och eventuella förändringar genomföres med jämna mellanrum för att passa den alltmera ökande verksamheten vid VOK-stugan.

Till hjälp har vi, som kanske inte alla vet Stig Falk, anställd av Visborgs OK från 1/7 1980. Stig utför den dagliga städningen, mindre reparationer, bokningar av stuga, av bastu och utlämning av OL- och skidmateriel för den som vill låna för enskild eller gemensam träning och tävling.

Under året har VOK-stugans parkering fått en ansiktslyftning - därmed hoppas vi att problemet med gyttebadet på vårarna och höstarna skall vara ur världen.

Ytterligare en förändring har äntligen blivit genomförd. Dams duschen har renoverats o. kompletterats med två nya duschar med automatisk avstängning samt en kombinerad hand- och väggdusch med manuell manövrering. Väggar och golv har fått en ny beklädnad, snickerierna har målats och Nisse Hallgren har utfört omdragning och modernisering av det elektriska.

Kommande år har stugkommittén planerat utbyggnad av herrdusch och bastu, eventuellt installation av inomhustoiletter. Det senare om avloppsfrågan går att lösa utan alltför stora kostnader. Dessa arbeten kommer att kräva frivilliga insatser från alla klubbmedlemmar för att hålla kostnaderna nere. Vi har lämnat en preliminär investeringsplan till Fritidskontoret i Gotlands Kommun där beräknad kostnad är upptagen till 50000 kr, en summa som inte kan täcka mer än möjligen materialet.

Om någon i klubben känner sig hägad att ta sig i kast med planering, arbetsledning eller annan arbetsinsats kommer klubben att bli dig evigt tacksam. Du är välkommen i så fall att kontakta undertecknad stugfodge, tel 18537.

Väl mött vid VOK-stugan!

- STUGKOMMITTÉN/TORBJÖRN SPÅNG -

## STAVPROBLEM?

Frånvaron av bidrag till "Svettbladet" från Skidkommittén skulle vi nog skämtsamt kunna förklara med "stavproblem" eller för mycket klister i skrivmaskinsvalsen, menså eleka skall vi inte vara. Det är nog snarare så att man tränar och planerar för den kommande säsongen. Se bara på Johan Falenius uppe till höger. Kanske skriver han redan nu för "Svettbladets" sommarnummer?



## MATTANTS- HORISONT

Så är det november igen...Fårö två helger. Roligt, men jobbigt! Men vi går händelserna i förväg, för så här börjar det:

Telefonen ringer - det är UNO: "Du ställer väl upp i köket som vanligt? Det har jag nämligen räknat med!" Och det är klart jag gör, för nu är det så, att de här Fårölägren har en särskild plats i mitt hjärta.



Jag tycker att det är en förmån att få vara ibland "våra" fina ungdomar. Se hur domkämpar, stora som små. Och aldrig klagar dom fast dom har skavsår, blåsor på händer och fötter och ont i alla muskler.

Får man sedan höra att maten är god, att alla är mätta och att det är roligt att vara på läger, så blir det extra trevligt för oss i "maten". Även för oss är det här ju en avkoppling från det vardagliga. Vi försöker få litet ledigt mellan matpassen och så sankörda som vi är, så lyckas vi nästan alltid få en runda på stranden eller i skogen. Där vi ser ungdomarna, ibland före och ibland efter sina tränare, men därmed vill jag inte alls uttala mig om vems kondition som är bäst. Några sura miner ser man inte till.

Jag hoppas att jag blir anlita som mattant även nästa år, fast det beror förstas på hur jag skött mig i år... Med Fårö-hälsning

- SOLVEIG BJÖRKLUND, mattant -



kort - vi kör ett par hundra meter och så är det stopp igen. Hur ska det gå? Kommer trafiken igång igen? Är det kö i 2 mil till tävlingsplatsen? Kommer jag i tid till min start? Nu rör det på sig igen - det blir väl 200 m till... Men nu rullar det ända fram till TC och det gäller nu att hittade andra VOK-arna.

#### SPIK PÅ MÅLPÅLLA NR 5

Vid målpålla nr 5 skall vi vara - där har vi VOK:s orange standar. Toppen! Spik på första målet - det här börjar riktigt bra. Klockan är 800 och jag går till start (4200 meter) samtidigt som flaggorna hissas. En fantastisk syn med alla nationsflaggorna på en lång rad. Men stopp - vad är det som är på gång nu? Har arrangörerna hört talas om Reidars musikaliska talanger och engagerat honom som trumpetare. För falskt var det - bäst att jogga iväg så jag slipper höra på eländet.

#### STULNA KONTROLLER?

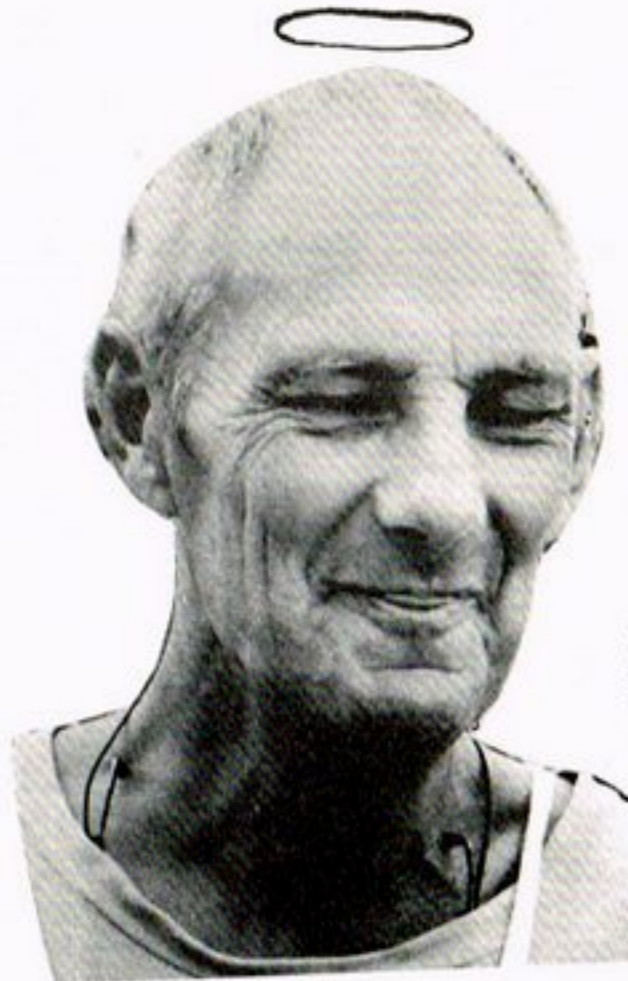
En minut kvar till start - nu gäller det att ta det lugnt och inte missa någon kontroll. Där gick starten - iväg mot första. Det här går ju bra. Ut på åkern, sen rakt fram till vägen, in på stigen och bara upp för höjden, så skall kontrollen ligga där. Men vad ... nu då? Har någon stulit kontrollen? Där kommer det en gubbe. Jag frågar honom om han vet var han är. Inte det? Där kommer en till. Jaså, inte du heller? Helkonstigt... Vet ingen var vi är? Nu kommer det en till. Vet du var du är? "Yes, I am on the hill". Tur att jag hittade en engelskman som visste vara han var. Men är jag verkligen där? Det var det ... - det hade jag ingen aaaaning om! Äntligen hittar jag första, 3 minuters miss!

#### KRAFTLEDNINGSMERIDIAN

Det började inte bra och nu gäller det att verkligen ta in och springa in tiden. Kompass till nästa - där är en meridian att ställa in kompassen efter. Men det var ingen meridian utan en meridian med små röda streck på (kraftledning) och så var denda-gen förstörd. Nåja, jag kom i måli alla fall.

Vi som startat tidigt åker hem medande som startat mot slutet ännu får vänta ett par timmar på sin start. Det är en vacker eftermiddag och vi som redan var "hemma" åkte till Fyrisbadet medan en del föredrog att sitta i bilen under tiden. Det är nämligen så, att en orienterare som skall förflytta sig mellan 2 punkter alltid väljer den snabbaste vägen. Nu var problemet det, att 16000 orienterare samtidigt gjorde samma vägval tillbaka till C-orten. TRAFIKKAOS! 8 mil på 3,5 timme! Det går att ta cykel lika fort.

På kvällen fick arrangörerna problem med databehandlingen och det blev sent innan vi fick klubbens lista. Jag kommer inte att nämna några individuella etappresultat eftersom det på 5-dagars är viktigare att göra fem jämna löpningar. Det bör dock noteras att Uno var renrakad första kvällen och att **MANKAN** inte stämplade fel på första etappen, som vanligt.



M m m m ...  
Missade inte första dagen!

Från etapp 2-4 skall jag bara nämna att Göran Fredriksson tappade sina glasögon, under ett gyttjebad, men att han tycktes bli en bättre orienterare när han inte såg kartan.

Så var det dags för etapp 5 - den stora finalen. Nu skulle vi vara med och kämpa om topplaceringarna i våra klasser (några av oss i alla fall). De som hade bäst utgångsläge var **JOHAN HALLGREN** 4:a, **HÅKAN PETTERSSON** 9:a och **JONAS MATTHING** 16:e i sina resp klaaser A. På etapp 5 startar varje löpare efter sammanlagd tid och det innebär att den som kommer först i mål är segrare. Det kan vara ganska nervöst för de tävlande men så tycktes det inte vara i VOK-lägret. En del föräldrar såg ovanligt bleka ut på morgonen och förmanade sina barn med massor av nervösa råd och frågor: "Du har väl kompassen med dig? - Hur dags startar du? Du missar väl inte starten? Ta det bara lugnt idag! o s v."

Som vanligt hade vi tagit plats vid den målpålla som ungdomarna kommer i mål i. Det blev en nervös väntan. Hur skulle det gå för Johan, Håkan och Jonas? Håkan borde komma först. Alla höll tummarna medan sekunderna tickade fram så sakta. Där kom segraren i mål och fick lagerkrans. Lö-

## KLUBBMÄSTARE



HÅKAN PETTERSSON  
DUBBEL KLUBB -  
MÄSTARE I NYA  
TÄVLINGSDRÄKTEN

pare efter löpare kom i mål. 6:an! 7:an! 8:an! Kommer du nu, Håkan, så håller du din placering. Tyvärr kom det några killar för mycket, men det blev ändå en fin 14:e placering bland 250 startande ca. Vi började så vänta på Jonas som hade startat som 16:e man. Plötsligt kom han in. Innan vi trodde det ens var möjligt sprang han i mål som 9:e man bland ca 270 tävlande. Jonas hade gjort ett toppenlopp och tog på sista etappen in 1,5 minuter på totalsegraren i klassen.

#### JOHAN KOMMER!

Nu var det bara Johan kvar att vänta på. Han startade som 4:a, 15.13 min efter ledaren. Punktligt 14.58 efter segraren kom Johan in på en jättefin 3:e plats. Johan var vår jämnaste och säkraste löpare under 5-dagars och vad sägs om följande etappplaceringar: 14-6-8-29-11 bland ca 275 tävlande?

Nu kan ni trogna läsare som ännu orkar läsa det jag skrivit, tro att det bara var här ovannämnda tävlande och supporters som var med på 5-dagars. Men vi var faktiskt 29 som tävlade och ingen tvingades bryta. Vi hittade alla de ca 1000 kontrollerna, som vi skulle leta upp.

Till sist vill jag uppmana alla läsare att någon gång ställa upp på 5-dagars. Visst kan det vara jobbigt ibland, men ni får i gengäld uppleva ett kamratskap och en gemenskap som är svår att uppleva någon annanstans.

- GERT -

+++++

## skogs sport

Du vet väl att det finns en tidning som heter "Skogssport"? Den är officiellt organ för SOPT (Svenska Orienteringsförbundet). Tidskriften kommer ut med 10 nr per år och innehåller det mesta om orientering, både på motions- och elitnivå. Vill du se hur den ser ut, så ligger den i VOK-stugan. Prenumerationsavgiften är 55 kronor per år. Den summan kan sättas in på Skogssports postgirokonto 41 08 82 - 5. Gör det! (BP)



#### DAG-KM

D 35: Ann-Marie Lundquist  
D 21: Lena Nyström  
D 15-16: Gunilla Pettersson  
D 13-14: Lena Johnsson  
D 10: Charlotta Håkansson  
H 21: Olle Gardell  
H 35: Nils-Erik Jakobsson  
H 43: Allan Eriksson  
H 56: Polke Magnusson  
H 13-14: Håkan Pettersson  
H 11-12: Jonas Lindgren  
H 10: Tobias Spång

#### NATT-KM

D 35: Ann-Marie Lundquist  
D 21: ?  
D 16: Isabella Nilsson  
H 21: Per Lindgren  
H 35: Nils-Erik Jakobsson  
H 43: Börje Ohlsson  
H 50: Bernt Ylander  
H 56: Anders Dahlin  
H 13-14: Håkan Pettersson  
H 11-12: Lennart Hörnell

## UNGDOMS BÄSTA

Till bästa ungdomar har utsetts:

D 15-16 Gunilla Pettersson  
D 13-14 Inger Karlsson  
D 11-12 Helena Nyberg  
D 10 Charlotta Håkansson  
H 15-16 Johan Hallgren  
H 13-14 Håkan Pettersson  
H 11-12 Jonas Matthing  
H 10 Tobias Spång

# Inför skidsäsongen

*Vi har det för  
Tävlingsåkarn – Motionsåkarn*

## Skidor:

*Peltonen – Elan – Järvinen – Kneissl – Karhu.*

## Skridskor:

*Suveren – Dalia – Karhu – Jalas.*

## Stavar:

*Exel – Jofa – Karhu – Lijedahl.*

(stålfiber - glasfiber - kolfiber)

## Bindingar:

*Bergans – Finngríp – Jofa – Roffefella.*

## Vallor:

*Rode – Swix – Rex – Toko.*

## Övrigt:

*Skidoveraller – Västar – Strumpor – Handskar –  
Mössor – Underställ – Skidfodral – m.m.*

# SPORT SPECIALISTEN



**SPORT** *bitu*

KUNG MAGNUS VAG 3. 62100 VISBY 0498-18300.19130

