



Fortsättning från sid 2

Antal starter i nationell eller distriktstävling

Antalet personer med minst en start i nationell eller distriktstävling.

Klass	2012	2013	2014
Damer -16	7	8	6
Damer 17-34	12	17	17
Damer 35-54	14	14	19
Damer 55-	10	8	10
Herrar -16	11	8	8
Herrar 17-34	9	10	14
Herrar 35-54	22	20	30
Herrar 55-	36	31	35
Totalt	121	116	139



SLUTORD

Styrelsen tackar för det förtroende som visats under året och vill samtidigt uttrycka sin stora uppskattning för alla insatser från medlemmarna, både i klubarbetet och vid de olika arrangemang som vi på så stilfullt sätt genomfört. Ett stort tack till markägare, sponsorer och andra, såväl företag, organisationer som enskilda, som på olika sätt stöttat Malmö OKs verksamhet under året.

Malmö, januari 2015
Styrelsen i Malmö OK



Malmö Orienteringsklubb



Skåne är platt

Skåne är platt, så har man sagt
till mig varje gång
som om jag inte förut visste hur hemmavid ser ut
Men hör då på min sång
På första da'n bland bok och gran
så fort som det bara kan gå
Ni såg backar i tusenfalt och fullt med murar överallt
på berget vid Västanå
I bokskogens land där ni sprang som besatt
och ni såg att det inte var platt
Och vidare så till arena nummer två
färden sedan bär.
Planare kan man förmoda uti det sandiga Friseboda
Men inte heller där.
Och på nästa berg ni bekänner färg.
Jag lovar att det känns.
Visst det är i Blekinge, men jag lovar att vi inte e'
långt från Skånes gräns.
I bokskogens land, ja ni sprang där som besatt
och ni såg att det inte var platt.
Och var på er vakt för sen är det jakt
på Ravlunda skjudefält.
Ge då allt ni har av alla krafter som ni har kvar.
På sin spets är allting ställt.
Å säg mig nu, vad tycker du
om vårt Skåneland?
Var det som ni trott, här i det landskap där jag alltid bott?
Ja, man har fel ibland.
I bokskogens land där ni sprang som besatt
och ni såg att det inte var
plattare här och jag tror att ni svär
att ni ångrade att ni sa att Skåne är platt.
För ni såg att det inte är platt.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2014



MÄLMÖÖK

2014

Styrelsen

Ordförande	Magnus Jonasson	Kassör	Kaare Hansson	Suppleant	Karl Utterback
Vice ordför.	Håkan Grubb	Ledamot	Ulf Mattsson	Suppleant	Benjamin Viebke
Sekreterare	Evelina Ekelund	Ledamot	Wiviann Ottosson		

Styrelsen har under året haft tio protokollförda sammanträden. Hela klubben har träffats vid två tillfällen, på ett vårmöte i februari och ett höstmöte i november. Medlemmar ur styrelsen har representerat klubben på Skånes Orienteringsförbunds (SKOF) årsmöte och föreningsledarträffar.

Representanter från klubben har deltagit i SKOF:s tävlingsledarkonferens och i de flesta av förbundets konferenser, Föreningen O-Ringen Skåne 2014 års- och informationsmöten, möten med Skånes sydvästra krets och Triangelns Bingoallians.

Medlemmar

Antal medlemmar

	2013			2014		
	herr	dam	totalt	herr	dam	totalt
Aktiva -11 år	10	8	18	11	6	17
Aktiva 12-16 år	7	8	15	9	8	17
Aktiva 17-20 år	4	5	9	4	5	9
Aktiva 21-25 år	1	3	4	2	3	5
Aktiva 26- år	85	59	144	99	54	153
Aktiva Totalt	107	83	190	125	76	201
Stödjande	23	13	36	21	11	32
Totalt	130	96	226	146	87	233

Antal starter

Antalet starter i svenska nationella tävlingar i tävlings- och öppna klasser (inkl inskolning och u-klasser).

Klass	2012	2013	2014
D-16	10	6	25
D17-34	35	53	46
D35-54	31	36	26
D55-	57	58	52
H-16	41	30	14
H17-34	34	44	58
H35-54	93	109	103
H55-	199	222	180
Öppna klasser	194	296	302
4-klubbs	43	0	52
Pre-O	26	24	29
MTBO	-	-	5
Totalt	763	880	892

Antalet segrar i huvudklasser (ej motions-klasser) är 23 st (föregående år 26).



UTMÄRKELSER OCH MÄSTARE

Bästa MOK:are

Sverigelistan används för att utse Bästa MOK:are i dam- respektive herrklasserna. Sverigelistan innebär att man rankas i jämförelse med Sverigeeeliten.

Resultat från öppna klasser, ungdoms-, nybörjare- eller motionsklasser används inte. Poäng tagna på Ungdomsserien och Älgots Cup ligger till grund för bästa ungdom på flick- respektive pojksidan.

Damer

- Berit Schannong
- Malin Malmberg
- Britt Bülow

Ungdom - D16

- Agnes Lindblom
- Emma Östby
- Linn Lindblom

Herrar

- Jonathan Gunnarsson
- Håkan Nilsson
- Arne Gustafsson

Ungdom - H16

- Alfred Ahltin
- Jonathan Palminger
- Adam Lindblom

Distriktsmästerskap

Guld _____

Klubben fick ingen DM-mästare 2014

Silver _____

Sprint D70 Lena Persson

Medel H75 Arne Gustafsson

Brons _____

Sprint H20 Mattias Jacobsson

Sprint H21 Jonathan Gunnarsson

Sprint H35 Linus Malmsten

Sprint H45 Staffan Ahltin

Medel H35 Linus Malmsten

Lång H18 Moltas Viebke

Lång D65 Berit Schannong

Ultralång H35 Linus Malmsten

Kretsmästare

Natt D21 Marlene Bjärehed



Klubbmästare

Lång _____

D21 Sara Palminger

D45 Ingela Levinsson

D65 Lisbeth Lindeberg

H10 Viktor Ahltin

H45 Håkan Grubb

H55 Roland Dahlman

H65 Håkan Nilsson

H75 Arne Gustafsson

Sprint _____

D21 Marlene Bjärehed

D45 Gunilla Persson

D65 Lena Persson

H21 Jonathan Gunnarsson

H35 Linus Malmsten

H45 Staffan Ahltin

H55 Jan Jönsson

H75 Arne Gustafsson

PreO _____

Krister Lindeberg

Natt _____

D21 Marlene Bjärehed

H35 Magnus Jonasson

H55 Lars Johansson

H65 Kaare hansson





sammans med en annan klubb. Därtill arbetade medlemmar med sportident, tävlingsexpeditionen, rekrytering, MTBO, barnpassning, busschaufför, elektriker och ekonomi.

Skogens dag

Under året har MOK deltagit i "Skogens dag", en dag i Torup och två dagar på Lindängelund. Gemensamt för dessa är att det varit "spring och stämpla" samt att funktionärerna har varit sysselsatta hela tiden. 5000 barn besökte Lindängelund.

Revinge by Night

Revinge by Night, den öppna nationella nattstafetten för klubbtag med fri lagsammansättning på nio sträckor, arrangerades den 17 oktober tillsammans med Lunds OK för femte gången på Revingehed. Intresset för denna höstens roligaste nattävling har successivt ökat från tio lag premiäråret 2010 till femton 2014.

Bokskogsnatta

En mörk och regnig kväll den 20 november arrangerades klubbtagningen Bokskogsnatta, där 15 klubbmedlemmar deltog.

Skinkloppet

Årets Skinklopp gick av stapeln den 6 december i Bokskogen. 51 MOKare deltog i jakten på skinkan.

Naturpasset

Naturpasset har under året funnits under perioden 15/3 - 31/5. Bra väder för att vistas i skog och mark mest hela våren gjorde att det såldes 89 paket.

Månadens bana

Under månaderna januari-mars och juni-december har det funnits månadens bana till försäljning i Bokskogen. 235 kartor har sålts och så har uppskattningsvis 100 MOK:are sprungit med egna kartor.



taget var det en lyckad helg med utmanande och utvecklande orientering där ett tiotal medlemmar deltog.

Träningskommittén

Träningskommittén har bedrivit löpträning med utgångspunkt från klubblokalen på tisdagskvällar under året. Säsongen startade första tisdagen efter nyår och pågick hela året med uppehåll från mitten av maj till och med mitten av september. Under träningsuppehållet fanns i stället parkorienteringar i Eslöv, Malmö och Trelleborg.

Nya träningsformer introducerades under årets första åtta pass, t.ex. koordination och löpskolning. Resterande träningar har haft som återkommande inslag bland annat "lilla 5-dagars" med angränsande bostadsområdets lekplatser som kontroller. Natträning har hållits på torsdagskvällar under vinterhalvåret inför säsongstarten. En teknikträning har hållits under 2014, förutom de under vårläget i Ullstorp.

De moment som gavs möjlighet att träna på var kurvbild- och korridororientering. Träningen hölls i Bokskogen för knappt 10 deltagare.

En sanslöst rolig nattorienteringsträning på Bulltoftafältet vid namn nyårsraketen hölls den 30/12. Inte mindre än 6 banor med olika klurigheter skulle springas. Antalet deltagare har ökat. MOK har fått en del nya medlemmar som är flitiga på träningen. Klubben har också haft gäster från andra klubbar och som mest har vi varit 22 deltagare på träningen. Vi är sällan färre än 10 numera och dessutom tränar några av våra pensionärer på egen hand på klubbkvällarna.

PreO

Under året har medlemmar i MOK stått för 30 starter runt om i landet. Det har varit KM där 6 medlemmar deltog. Den 9 augusti arrangerades en prova-på dag i Käglinge med 21 deltagare.



MTBO

MTBO-sektionen och dess medlemmar har under året deltagit i ett antal aktiviteter och evenemang. Året inleddes med ett läger på Bornholm 11-15 april. Från MOK var det fyra personer som deltog på de träningar och tävlingar som arrangerades över hela ön. Man fick bland annat testa på natt-sprint, medeldistans, långdistans och en ultralång poängorientering.

I maj var det världscuptävlingar i Helsingör och flera svenska MTBO-utövare passade på att ta sig dit. Från MOK deltog en medlem vid lördagens långdistans med masstart.



Banan gick i fin terräng på Teglstup Hegn och bjöd både på snabba grusvägar, tekniska stigar och leriga partier. Under sommaren arrangerades O-ringen i Skåne med tre etapper MTBO. I samband med detta var det också världscuptävlingar i MTBO där även amatörer fick delta i öppna klasser. Två medlemmar från MOK arbetade som funktionärer helt eller delvis under veckan. Banorna gick i fin MTBO-terräng, bland annat Åspet och Furuboda. Utöver dessa tävlingar i MTBO har MOK representerats i

Revinge rogaining där tre medlemmar deltog och under en mörk, kall och blöt novemberhelg deltog också två medlemmar i Stockholm rogaining. I december månad hölls det i MOKs klubblokal ett möte mellan Lunds OK, OK Kontinent och Malmö OK där framtiden för MTBO i regionen diskuterades. Det beslutades bland annat att man redan till våren ska försöka konvertera lämpliga kartor till MTBO och sedan arrangera egna träningsstävlingar på dessa. Idag är det endast PAN Kristianstad som har MTBO-kartor och behovet för fler områden i Skåne för träning och tävling är stort.

Klubbmästerskap

Årets klubbmästerskap startade med sprintdistansen en vacker augustikväll i Alnarpsparken. OK Kontinent hade lagt banorna och vi hade 45 deltagare som innehöll 10

FUNKTIONANSVARIGAS RAPPORTER

Kassör

Föreningens resultat och ekonomiska ställning framgår av styrelsens årsredovisning.

Uttagningskommittén

IDM-stafetterna deltog klubben med 3 lag. Bäst lyckades H180-laget med en fjärde plats. Till Fyrklubbs, söndagen den 31 augusti, hade hela 72 medlemmar anmält sig till fyrklubbsklasserna. Tyvärr blev det nytt regnrekord på 24 timmar för Malmö (sedan 1961) med dryga 100 mm natten innan tävlingen. Trots detta kom och fullföljde 47 MOK:are en Fyrklubbsbana. Vi vann också D-gruppen med bästa och flest antal startande. I Revinge By Night deltog klubben med tre lag, varav ett lag kom på andra plats, minuten efter segrande laget.

Ungdoms- och juniorkommittén

MOK kom på tredje plats av sju i ungdomsseriens division 2. Totalt deltog nio av klubbens ungdomar i seriens tävlingar i olika omfattning. Under året gick en deltävling i Älgots cup av stapeln. Några av MOKs yngre medlemmar deltog i denna tävling. Under en helg i maj arrangerade Ungdomskommittén ett träningsläger för klubbens medlemmar i och kring Skogsvårdsstyrelsens kursgård i Ullstorp. I samband med läget genomfördes dels Frostavallspiken och dels examineringen av de som gått nybörjarkurs under våren. Under helgen genomfördes träningspass med bl.a. teknikträning. Det fanns träningsbanor både för rutinerade medlemmar och för våra nya ungdomar. Samman-

Markägarkontakter

Under 2014 har klubben inte haft något större eget arrangemang och därför har markägarkontakterna i huvudsak inskränkt sig till de normala för året. Alltså ett antal kontakter med Torups Friluftsgård och Skaber-sjö Gods inför diverse arrangemang ute i Bokskogen (Vintercupen, Lilla Femdagars, VeteranOL m m).



Det kommer också under året alltid förfrågningar från klubbmedlemmar och/eller representanter från grannklubbar om att få hålla mindre arrangemang i Frostavallen/Prästtorpsområdet och då krävs ofta kontakt med markägare och jägare. Inför vår tävling i augusti 2015 har vissa förfrågningar gjorts hos markägare i Ullstorp om att få tillträde till åkermark där men i nuläget (december 2014) har frågan inte lösts.

Hemsidan

I mars gjorde vi om vår hemsida till en annan layout som vi därefter har använt under hela 2014. Under året har hemsidan haft ca 16 500 unika besökare. Flest besökare var det i juli och augusti (parkorienteringsperioden), minst besökare i januari. Totalt under året har vi haft ca 76 000 besök på hemsidan.

Kartor

I Malmö reviderades några parkkartor inför sommarens parktävlingar, bland andra Rosengård, Husie, Svedala och Spillepengen. Dessutom togs en helt ny karta över Lindeborg fram.

Nybörjarkommittén

Under april och maj genomfördes en introduktion i karta och kompass på Bulltoftafältet och i Bokskogen med totalt 15 deltagare - en gemensam kurs för barn, ungdomar, föräldrar och andra vuxna. Nya medlemmar har kommit in via denna kurs och flera har fortsatt att orientera, dels i sommarens parkorienteringar, dels på öppna banor under hösttävlingarna. Nybörjarkommittén har under året även haft enskild utbildning för en handfull vuxna och skolat in dem i tävlingsverksamheten.

Flera skolor som redan fått hjälp under ett par år har aviserat att de även i fortsättningen vill ha hjälp med banor och utsättning av kontroller.

MOK-Nytt

MOK-Nytt har utkommit med 5 ordinarie utgåvor under året. Tidningen skickas ut till medlemmarna via e-post. Det går även att läsa tidningen på Malmö OKs hemsida där pdf-fil finns att ladda ner och i ett tryckt exemplar på klubblokalen. Tidningen försöker spegla klubbens verksamhet och dess medlemmars aktiviteter under året. Innehållet i tidningen bygger till stor del på medlemmarnas egna nedtecknade iakttagelser förmedlade i text och bild, kryddat med t.ex. träningstips och annan väsentlig information för medlemmarna.

Utbildning

Six stycken SISU-registrerade utbildningar genomfördes under 2014, banläggarkurs (11 deltagare), nybörjarkurs (15 deltagare), kartrevideringskurs (7 deltagare) och tre stycken inför O-ringen Skåne 2014. Som utbildning kan även parkorienteringarna, skol-samarbeten och nybörjaraktiviteter inräknas.



MOKs vänner

I december hölls sedvanlig julfest med dragning av årets högvinster. Göran von Rosen berättade om sin släkting konstnären Fanny Låstbom. MOKs vännerns uppmuntringspris till flitiga ungdomar delades i år av Alfred Ahltin, Emma Östby, Agnes Lindblom och Linn Lindblom som varit de flitigaste under året. Under 2014 såldes 183 av de 200 andelarna. Av resultatet överfördes 6 000 kr till MOK för att stödja ungdomsverksamheten.



ARRANGEMANG

Vintercupen

Söndagen den 17 februari arrangerade klubben en etapp av Vintercupen i Bokskogen. Knappt 100 deltog varav 12 från Malmö OK.



FrostavallsSpiken

Den 17 maj arrangerades en favorit i repris, FrostavallsSpiken med Skogsvårdsstyrelsens kursgård vid Ullstorp som arena. Damerna sprang en bana på 3,7 km fågelvägen, herrarna 4,9 km. Banorna var strängade i mestadels måttligt kuperad öppen bokskogsterräng på den 2013 helt nyritade kartan över Frostavallen. Denna gång arrangerades även öppna klasser, dels slutprovet/examen i årets orienteringsskola, dels SmåSpiken kallad Nubben och dels ÖM7 och ÖM8. Totalt 42 löpare deltog.



Triangelmatchen

I årets triangelmatch i augusti deltog 8 medlemmar. Tävlningen arrangerades den 16-17 augusti av Lyngby OK. Som vanligt var det en trevlig samvaro

med våra danska vänner och 3 olika banor på lördagen samt rävjakt på söndagen.

Lilla 5-dagars

Den 5 juni arrangerade klubben första etappen av lilla 5-dagars i Bokskogen. 95 personer startade varav 13 från Malmö OK.

Parkorientering

7 tisdagskvällar och en onsdagskväll under juni-augusti arrangerades Malmö Parkorientering i 8 olika parker. Totalt gjordes det 2089 starter av 793 personer. Av dessa var 114 stycken MOKare. Mediarapporterna var många, bland annat två inslag i radio Malmöhus.



O-ringen Skåne

O-ringen Skåne 2014 arrangerades under drygt en vecka i soliga juli i närheten av Kristianstad och tävlingen lockade över 20 000 deltagare. MOK hade 100 medlemmar som funktionärer, som sammanlagt lade ner 4600 timmar för att detta stora arrangemang skulle kunna genomföras. Både personal- och ekonomiansvariga för hela organisationen kom från MOK. Medlemmar packade in kartor i plastfickor till två etapper, hade ansvaret för en start under hela veckan och arbetade i en kiosk till-

