

MOK Nytt

En tidning med
klubbnyheter för
alla OL-vänner!

nr 2 2003

Klubbkväll: mån 19-21.

Kontaktpersoner i klubben

STYRELSEN:

Ordf. Paul Schannong 046-25 55 13
V.ordf. Magnus Jonasson 040-49 35 83
Kassör Bengt Jonasson 040-94 96 35
Sekr. Linda Ranbro 040-26 25 34

LEDAMOT:

Britt Bülow 046-25 20 13
Lisa Nilsson 040-96 58 40

SUPPLEANT:

Krister Lindeberg 040-54 72 64
Oskar Rubbmark 040-49 14 30

UNGDOMSKOMMITTÉ:

Kjell Westlund 040-27 06 51
Uno Lundkvist 040-40 51 07
Britt Bülow 046-25 20 13
Maria Edenbrandt 046-12 52 42
Berit Algotsson 040-30 00 74
Karl Andersson 040-93 02 66

TRÄNINGSKOMMITTÉ

Linda Ranbro 040-26 25 34
Jennica Senneberg 0411-130 22
Lena Wikénus 040-678 86 24
Göran von Rosen 040-49 78 49
Mats Persson 040-26 25 34

TÄVLINGSANMÄLARE:

Bertil Kollén 040-46 51 14
Håkan Brost 040-91 81 09
Gert Olsson 040-49 45 66

MOK-NYTT REDAKTION:

Lennart Nilsson 040-16 25 69
E-post: lennart.nilsson@lnrab.se



Klubbadress: Malmö OK 2000
Husie Kyrkoväg 80, 212 38 Malmö
Tel: 040-49 52 52. Fax: 040-93 29 47
www.mok.nu e-post: info@mok.nu

TRÄNINGSLÄGER

Avsluta vårsäsongen med att delta i MOKs traditionella träningsläger den 9 - 11 maj. Platsen i år blir Virserum mitt i Småland.

Avfärd kommer att ske fredagen den 9 maj klockan 16.00 från klubbstugan i egna bilar. Samakning sker i största möjliga mån. Vi stannar på vägen upp och äter. Möjlighet att äta i restaurang eller medhavd matsäck.

Logi kommer att ske på hårt underlag i OK Hjortens klubbstuga. Träningskommittén köper in all mat för lördagen och söndagen. Uppskattad kostnad för lägret exklusive bensinkostnad blir ca 150 kr. Vegetarianer tar med egen mat för lördag kväll.

Anmälan senast den 25 april till Linda & Mats på telefon 040-26 25 34 eller e-post lindaranbro@hotmail.com

VÄLKOMMEN

Träningskommittén

Preliminärt program

Fredag: Avslappning
Lördag f m: Teknikträning (lite längre)
Lördag e m: Löpträning stig/skog
Söndag f m: Teknikträning tillsammans med OK Hjorten
Söndag e m: "Häng ut plock in"

Beräknad hemkomst klockan 20.00

LEDIGA LOTTANDELAR I MOKS VÄNNER

Vi har fortfarande några andelar kvar i MOK's lotteri. Priset är endast 180 kr per år.

Det är en utmaning att alla andelar säljs. Ring Göran 040 - 49 78 49 om ni vill teckna en andel själv eller ge bort till någon närstående.

Tränings­tider

BOKSKOGEN

Tis- och Torsdagar 18-20
Lör- och Söndagar 10-12

BULLTOFTA

måndagar 17-21
torsdagar 18-21
söndagar 9-12

På Bulltofta gäller det inte styrketräning.

Vi duschar gratis på Bulltofta och i Bokskogen på ovanstående tider. I båda fallen kan det vara bra att visa medlemskort.

Har du anmält dig till BINGOLOTTO- BOLAGET

Anmäl dig nu till Bingo-lottobolaget. Det finns plats för dig som inte varit med tidigare. Stötta klubben och ta chansen att vinna pengar. Ring till Bengt tel. 94 96 35 och anmäl dig!!!

Medföljare till inskolnings- och U-klassungdomar

Vill några ungdomar m fl springa inskolningsklasser eller u-klasser på tävlingar runt om i Skåne och behöver medföljare, så anmäl detta på sedvanligt sätt via klubben. Vi i ungdomskommittén kan då planera att medföljare finns till hands på tävlingsdagen. Gäller alla SKOF-sanktionerade tävlingar.

Vi tar kontakt med deltagarna och kommer överens om lämplig medföljare. Vår målsättning är att ingen skall behöva avstå att delta i tävlingar bara för att han/hon inte har någon medföljare ordnad. Direktanmälda deltagare klarar vi givetvis inte av att ordna medföljare till utan förutsätter att förälder el dyl själva kan ordna med detta.

Ungdomskommittén

TEKNIKTRÄNINGAR

Datum	Plats	Ansvarig
3 april	Vombs furu	Lars Johansson
10 april	Skrylle	Roland Dahlman
24 april	Bokskogen	OK Kontinent

MOK:are blir klokare

Vi inbjuder till vårens
3:e föreläsning

7 april kl. 18.15 kommer **Johan Modig**, Pan Kristianstad, en av världens bästa orienterare. Han kommer att berätta om sina förberedelser inför VM i Schweiz och orientering i allmänhet. Vi håller på ca en timma, plus eftersnack med fika. För att förvissa dig om att det skall finnas en bulle till dig, så anmäler du dig till mats.hakansson@mok.nu senast två dagar innan. Har du inte mail så kom ändå. Deltagandet är kostnadsfritt.

Weben först med senaste nyheterna!

Utdrag från årsmötet 24/2 2003

Val

Årsmötet fastställde de val och beslut som fattades på särskilt valmöte i november 2002.

Bokslut 2002

Utfallet av bingoverksamheten översteg budgeten med 13 229 kr.

Verksamheten 2003

Efter några strykningar och tillägg fastställdes styrelsens förslag till verksamhetsplan för 2003.

Medlemsekonomi 2003

Enligt styrelsens förslag godkändes

följande medlemsavgifter för 2003:

-16 år	150	(110)
17-25	200	(190)
26- stödjande	300	(270) (110)

Siffrorna inom parentes är avgiften för 2002.

Fria startavgifter

Fria starter för ungdomar födda 1983 eller senare (ej sommartävlingar). För medlemmar 21 år och äldre subventioneras alla starter i nationella tävlingar i Sverige och i distriktstävlingar i Skåne under perioderna 28/2 - 25/5 och 1/8 - 30/11 2003 med 20 kr.

Vid deltagande i kavlar och andra representationstävlingar betalar klubben startavgifterna.

Tränings- och tävlingskläder

Vid köp av tränings- och tävlingskläder betalar ungdomar upp till 20 år ett subventionerat pris. Medlemmar 21 år och äldre betalar klubbens anskaffningskostnad. (Se prislista.)

Budget 2003

Med bla under Medlemsekonomi noterade budgetförutsättningar når styrelsens budget för 2003 ett noll-resultat.

Verksamhetsplan 2003

Övergripande målsättning

Orientering är en tuff, spännande och utmanande idrott. Orientering är också en social gemenskap, kamratskap och en underhållande och stimulerande form av motion och friskvård. Detta ska vi erbjuda medlemmarna i Malmö Orienteringsklubb och så ska klubbens verksamhet upplevas.

Träningsverksamhet och Ungdomsverksamhet

Träningskommittén och Ungdomskommittén är grundpelare i föreningens verksamhet. Styrelsen avser att kraftigt stödja de verksamheter som planeras och bedrivs i respektive kommitté.

Klubbutveckling

Förutsättningar för klubben att utvecklas är tävlingsmöjligheter och medlemmar. Se vidare MOKs Websida.

En serie sammankomster med erfarna

duktiga orienterare som föreläsare kommer att arrangeras under våren.

Arrangemang 2003

MOK kommer att genomföra en hel del arrangemang och tävlingar under året. Se MOKs Websida.

Uttagningskommittén

MOUK står för Malmö OK's uttagningskommitté. MOUK ska ta hand om klubbens alla juniorer 17-20, seniorer 21-34 och veteraner 35-, som kan tänkas vara intresserade av att springa olika typer av budkavlar.

Information

Möjligheterna att utnyttja hemsidan och e-mail för informationsspridning kommer att utvecklas.

Ekonomi

Målsättningen är att ha en ekonomi i balans och inte förlita sig på driftsbidrag från MOKs Vänner.

Klubblokalen

Under året intensifieras sökandet efter ny klubblokal.

För mer detaljer gå in på MOKs Websida.

Prislista kläder 2003

	Vuxna 21år och äldre	Ungdom upp till 20 år
Tecteloverall	600	300
Tecteljacka	350	
Tectelbyxa	250	
Tävlingströja (Akka)	280	150
Tävlingströja (äldre modell)	100	50
Tävlingsbyxa	150	75
Tävlingsbyxa, korta ben	100	50
Vinteroverall	300	100
MOK klubbmärke	0	0
T-shirt, grå	0	0
T-shirt, vit	0	0

MOK-Nytt finns på nätet!

Ladda hem och spara pengar för klubben.

Meddela MOK-Nytt redaktionen att du hämtar hem MOK-Nytt från nätet så behöver klubben inte bekosta porto och kopiering och vi får en bättre ekonomi på köpet.

Du kan välja mellan svart/vitt eller färg. Meddela oss på redaktionen, telefon 040-16 25 69, fax 040-611 45 99 eller E-post lennart.nilsson@lnrab.se

www.mok.nu

VÅRENS TÄVLINGAR

Datum	Arrangör	Typ	Datum	Arrangör	Typ
29/3	FK Snapphanarna	Klass	20/4	Lunds OK	Klass
30/3	Tockarps IK	Klass	21/4	Lunds OK	Klass
5/4	FK Göingarna	Kort	26/4	Hästveda OK	Klass
6/4	FK Göingarna	Klass	27/4	Hästveda OK	Klass
12/4	Frosta OK	Klass	26-27/4	10-mila	Budkavle
13/4	Ringsjö OK	Klass	1/5	Markaryds FK	Klass
17/4	Hässleholms OK	Natt	3/5	SK Graal	Klass
18/4	Andrarums IF	Kort	4/5	OK Älme	Klass
19/4	Hässleholms OK	Klass	25/5	Hässleholms OK	Sprint-DM

Adressändringar

Dahlman Roland, Siporexgatan 33, 240 10 Dalby, tel. 046-20 01 98
Ekström Peter, Skånevägen 22, 245 38 Staffanstorps, tel. 046-25 52 45
Holmqvist Linus, Sävstaholmsgatan 31, 212 24 Malmö, tel. 040-93 92 96
Senneberg Jennica, Mjöltnaregatan 23, 271 55 Ystad, tel. 0411-130 22

KOM IHÅG

att betala medlemsavgiften snarast, på postgiro nr 63 44 50-1, så blir klubbens ekonomi bättre.

-16 år	150	26- stödjande	300	150
--------	-----	------------------	-----	-----

Jubilarer

Datum	Namn	Jubelår	Årtal
04-20	Katarina Stejre	40	1963
04-24	Uno Lundkvist	50	1953
05-10	Maj-Britt Skogsberg	80	1923
05-25	Erik Johansson	80	1923
05-29	Anders Jeppsson	40	1963

NÄSTA MOK-Nytt

Utkommer den 2 juni 2003.

Lämna text och bilder en vecka innan, senast den 26 maj 2003.