

MOK Nytt

25/3

nr 2 2008

Klubbkväll: tis 19-21.

En tidning med
klubbnyheter för
alla OL-vänner!

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. Jennica Senneberg 040-91 54 60

LEDAMOT

Britt Bülow 046-25 20 13
Ulf Mattsson 040-97 73 65

SUPPLEANT

Krister Lindeberg 040-54 72 64
Håkan Grubb 040-29 23 27

UNGDOMS- OCH JUNIOR- KOMMITTÉ

Ulf Mattsson 040-97 73 65
Dan Jensen 040-96 76 47
Katarina Stejre 040-16 42 85

TRÄNINGSKOMMITTÉ

Lisa Elmerfjord 040-54 62 56
Jennica Senneberg 040-91 54 60
Håkan Nilsson 040-44 21 80

UTTAGNINGSKOMMITTÉ

Håkan Nilsson 040-44 21 80
Gert Olsson 040-49 45 66
Dan Jensen 040-96 76 47

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
Cederströmögatan 6, 212 39 Malmö
Tel: 040-49 52 52. Fax: 040-93 29 47
www.mok.nu e-post: info@mok.nu



SprintSpiken 2007 blev succé!

Alla MOKare. Nu är det dags att anmäla sig till årets SprintSpik 27 maj på Bulltofta.

Tisdagen 27/5. Start 18.00 – springer vi SprintSpiken i 4 klasser, Dam 17–, Herr 17– och Flickor –16 och Pojkar –16. Det är jaktstart som gäller med tidsdifferens efter ålder.

Äldst startar först i vuxenklasserna och yngst först i ungdomsklasserna. Först i mål vinner. Alla har samma chans att vinna

i denna roliga tävling. Gafflade banor. Löpes i slingor.

Orienteringsskor gäller på alla slingorna. Ingen asfalt!

Gör slag i saken nu. Reservera denna kväll!

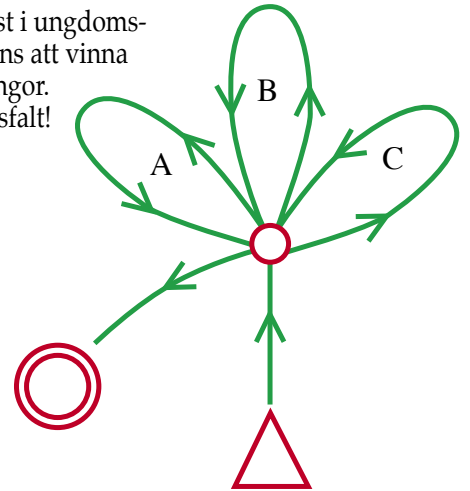
EFTER MÅLGÅNG!

Då grillar vi och umgås och snackar vägval och har det allmänt gemytligt! **OBS!** Kom med och ha kul, antingen ni springer eller ej. Alla välkomna!

Anmäl er Online eller till Paul direkt 046-25 55 13, senast torsdagen 22/5.

Mer info kommer på vår hemsida.

Hälsn Paul, Lennart och Gunnel



Barnens OrienteringsDag PÅ MALMÖ ORIENTERINGSKLUBB

Lördag 17 maj kl 10.30 – 12.30, tar ni med er barn, barnbarn, syskon eller vad det nu kan vara, för orienteringslek vid klubbstugan. Ni förväntas vara med hela tiden själva också och agera "skugga".

Vi tänker oss barn som är yngre än vanliga tävlingsklasser. Lägsta ålder lämnar vi till ert eget omdöme att bestämma.

Planeringen pågår, men lite om vad en karta är och ett knatteknat med pipande sportident plus något mellanmålsaktigt som avslutning är vad vi vill hinna med. Priser till alla knattar som vanligt på knatteknat.

Karta över er trädgård, bostadsområde eller sommarställe

Om ni tar med er en något sänär måttsett skiss över er trädgård, bostadsområde eller sommarställe

med hus, buskar, staket, tvättställning, etc så gör våra kartritningsexperter en karta över trädgården. Lämplig för skattletning mm.

Ni som redan deltar i ungdomsklasser hoppas vi skall komma och agera ledare.

Vår duktiga ungdomskommitté har börjat få snurr på verksamheten och det här kan vara starten på att ännu fler blir intresserade.

Anmäl ert intresse senast 6 maj!

Ni förstår att vi behöver veta intresset därför anmäler ni er så snabbt möjligt till Lennart Nilsson, tel 040 – 16 25 69, lennart.nilsson@lnrab.se eller Mats Håkansson tel 040 – 15 95 13, mats-bitte@telia.com

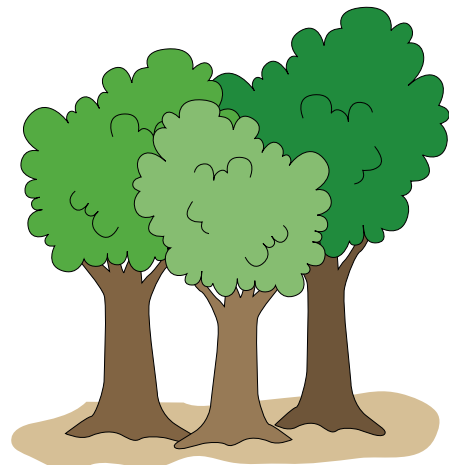
Mats och Lennart

Weben först med senaste nyheterna!

Naturpasset i Bokskogen!

Naturpasset pågår mellan den 15/3 och t o m den 30/4 och paketet kan köpas i receptionen på Torups motionsanläggning till ett pris av 50 kr.

Frågor angående Naturpasset: Kontakta Gert Olsson tel 040-49 45 66



TRÄNINGSTIDER

Bulltofta | **Bokskogen**
Måndagar 17-21 | Tis- och Torsdagar 18-20
Torsdagar 18-21 | Lör- och Söndagar 10-12
Söndagar 9-12

På Bulltofta gäller det inte styrketräning.

Om du vill träna själv på andra tider än på klubbens träningar har medlemmar i Malmö OK möjlighet att duscha gratis på vidstående tider och platser. I Bokskogen har vi dessutom möjlighet att styrketräna gratis. Bara ta med medlemskortet och träna!

Nya medlemmar

Li Aronsson, Ö. Ryttnästaregatan 5, 217 52 Malmö, Tel. 040-26 25 44

Minna Aronsson, Ö. Ryttnästaregatan 5, 217 52 Malmö, Tel. 040-26 25 44

Vira Aronsson, Ö. Ryttnästaregatan 5, 217 52 Malmö, Tel. 040-26 25 44

Daniel Jacobsson, Fabriksgatan 3, 211 37 Malmö, Tel. 040-611 91 74

Jonathan Palminger, Steglitsgränd 11, 230 41 Klågerup, Tel. 040-44 04 23

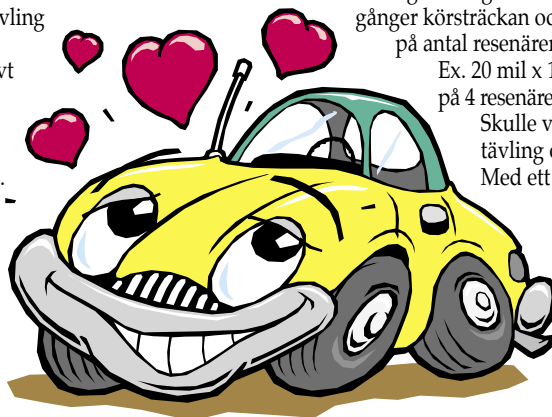
Mathias Palminger, Steglitsgränd 11, 230 41 Klågerup, Tel. 040-44 04 23

Christer Roth, Fosievägen 66, 214 59 Malmö, Tel. 040-96 66 36

Samåkning! Bra för miljön och plånboken

I dessa tider med klimatdebatt så är det viktigt att även vi orienterare drar vårt strå till stacken och samåker i största möjliga mån. Vi vill väl ha skogar kvar att springa i? Sen tjänar man pengar på det också!

Kolla på arrangerande klubbss hemsida vilka som skall delta i aktuell tävling och ring runt och fixa samåkning. Alternativt släng iväg ett mail till klubb@mok.nu och berätta att du kör eller vill ha skjuts. Vi har en klubbmatrikel med namn och telefonnummer. Ni som inte har sparat den



som ni fick med förra MOK-nytt kan hämta en på klubben eller maila och be om en ny. Det är naturligtvis upp till den som står för bilen att bestämma ersättningen, men en praxis har utvecklats som går ut på att gå efter den skattefria delen i statliga körreglementet (Nu 18.50 kr/mil) gånger körsträckan och dela den summan på antal resenärer.

Ex. 20 mil x 18.50 kr = 370 kr delat på 4 resenärer blir 92.50 kronor var. Skulle vi kunna ordna någon tävling om bästa samåkare? Med ett fint pris till vinnaren.

Mats H

Priser till vår tävling

I samband med vår tävling i Frostavallen den 19 april söker vi prissponsorer, speciell till ungdomsklasserna. Har du möjlighet att bidra till prisbordet på ena eller andra sättet så ta kontakt med Bengt Jonasson, tel 040-94 96 35.

Adressändring

Elisabeth Barane Borg, Vaktgatan 2, 274 34 Skurup
Tel. 0703-24 12 44

Jennica Senneberg, Kompassgatan 47, 211 17 Malmö
Tel. 040-91 54 60

Jubilarer

Datum	Namn	Jubelår	Årtal
04-26	Beatrice Lundkvist	20	1988
05-01	Håkan Grubb	40	1968
05-02	Kristina Landgren	60	1948
05-10	Maj-Britt Skogsberg	85	1923
05-10	Åsa Thorné	40	1968
05-18	Bengt Nygren	70	1938
05-18	Birgitta Roth	50	1958
05-24	Mikael Westlund	20	1988
05-25	Erik Johansson	85	1923
05-30	Kevin Mattsson	10	1998

Har du betalt medlemsavgiften för 2008?

Om inte, gör det nu innan Du glömt det!

Medlemsavgiften för 2008 är:

– 16 år	150 kr	Stödande	150 kr
17 – 25 år	200 kr	Familjeavgift	600 kr
26 år –	300 kr	(2 vuxna + barn under 17 år)	

MOK:s postgiro 63 44 50-1.

Är det så att du inte önskar kvarstå som medlem i MOK är jag tacksam att få ett meddelande om detta via tel. 040-93 33 17 eller e-post: thermodsson@hotmail.com
Torsten

Vårens Tävlingar

29/3	Hässleholms OK	Medel	19/4	Malmö OK	Medel/lång	Lilla 5-dagars
30/3	Hässleholms OK	Lång	20/4	Ringsjö OK	Lång	3/6, 5/6, 10/6, 12/6, 17/6 – Mer info
5/4	Lunds OK	Medel	26/4	OK Silva/	Lång	hittar du på nätet
6/4	Lunds OK	Lång	27/4	Rävetofta OK	Lång	1/6 OK Tyringe
12/4	FK Göingarna	Medel	4/5	Markaryds FK	Lång	DM-Sprint
13/4	FK Göingarna	Lång	24/5	FK Boken	Stafett	

NÄSTA

MOK-Nytt

Utkommer den 3 juni 2008.

Lämna text och bilder senast den 27 maj 2008. OBS! Ni behöver inte vänta tills dess.

Våra parktävlingarna 2008!

Formerna för MPWT 2008 börjar nu klarna. Även i år kommer vi att kunna erbjuda ett helt nytt tävlingsområde. Det sker redan på första etappen i Bunkeflostrand. Lennart Nilsson och Torsten Hermodsson jobbar med den nya kartan. Annars blir det mesta som vanligt samma bana på ca 3 kilometer för alla. En dam- och en herrklass.

Start och mål med Sportident för dom som vill. Lätt att arrangera, men kul. Jättekul!

Arrangörer till årets MPWT!

Det mesta är klart med arrangörer, men vi behöver någon som på etapp 5, Beijers park, kan stå för arrangemanget på tävlingsdagen. Jan Jönsson håller på att rita om kartan och utvidga området.

Jan lägger också själva banan, men han tror inte att han är hemma just på tävlingsdagen 22 juli. Vem anmäler sig frivilligt att ta hand om själva genomförandet? Liknande är det veckan efter på etapp 6 i Ögårds-parken/Rosengård, 29 juli. Där håller Sten Broome på att revidera kartan och hitta lämpliga kontrollpunkter, men han vill ha hjälp att genomföra resten. Frivillig?



Här följer programmet:

Etapp 1	24 juni	Bunkeflostrand	Lennart Nilsson
Etapp 2	1 juli	Oxie	Bo Paxby
Etapp 3	8 juli	Kroksbäck	Håkan B/Ingemar T
Etapp 4	15 juli	Pildammsparken	Karsten Brynell
Etapp 5	22 juli	Beijers Park	Se ovan/Vakant
Etapp 6	29 juli	Ögårdsparke	Se ovan/Vakant
Etapp 7	5 aug.	Käglinge	Anders Nilsson
Etapp 8	12 aug	Flansbjerg	Benny Johansson

MKB sponsrar oss med tidningsannonser, men baksidan på varje karta är tom för reklam i nuläget. Chocka mig med att fixa en annonsör. Ring Mats 040 - 15 95 13, för detaljer.

Välkomna till sommarträning!
Mats, Lennart och Magnus

Kort rapport från Årsmötet!

Verksamhetsberättelsen för 2007, verksamhetsplanen för 2008 samt årsmötesprotokollet, finns anslagna på klubblokalen.

Prisutdelningar

Årsmötet inleddes med prisutdelningar – plaketter till Bäste MOKare och den traditionella MOK-silverskeden till klubbmästarna. Särskilt uppmärksammades våra duktiga ungdomar som gjort så anmärkningsvärda framsteg under året.

Val

Årsmötet fastställde de val och beslut som fattades på valmötet i november 2007 avseende klubbstyrelse och övriga funktionärer för 2008, vilket redovisas på förstasidan av MOK Nytt.

Bokslut 2007

Högre intäkter och lägre kostnader än budget resulterade i ett inte oväsentligt överskott 2007 jämfört med ett budgeterat litet underskott. En del av överskottet avsattes till en särskild reparationsfond för kommande behov av underhåll av klubblokalen.

Arrangemang 2008

Styrelsens förslag till verksamhetsplan för 2008 fastställdes. Listan över de olika arrangemangen finns anslagen i klubblokalen. Notera den nationella tävlingen i långdistans lördagen den 19 april i Frostavallsterrängen, där alla förväntas dra sitt strå till stacken för ett lyckat arrangemang.

Medlemsavgifter

Följande oförändrade medlemsavgifter gäller för 2008: Aktiv t om 16 år 150:-, aktiv 17-25 år 200:-, aktiv 26 år och äldre 300:-, stödjande 150:- samt familjeavgift 600:-per familj, 2 vuxna och obegränsat antal barn upp till 16 år.

Medlemsförmån

Fria startavgifter för alla aktiva medlemmar födda 1974 eller senare i nationella tävlingar i Sverige och distriktstävlingar i Skåne under perioderna 29/2 - 31/5 och 1/8 - 30/11. För aktiva medlemmar födda 1973 eller tidigare, dvs 35 år och äldre, subventionerar klubben alla starter under samma perioder med 40 :- . För ungdomar upp till 16 år gäller fria starter även i tävlingar i Skåne under sommaren, 1/6 - 31/7.

Extra tillägg vid start i elitklass betalas av klubben. Avgift för eventuell lämbrička betalas av löparen själv.

Anmäld som inte startat i tävling, oavsett anledning, betalar hela anmälningsavgiften själv.

Vid deltagande i stafetter och andra representationstävlingar betalar klubben startavgifterna.

Budget 2008

Budget för 2008 förutsätter i stort samma intäkter som 2007. På kostnadssidan görs en kraftig satsning på ungdomsverksamheten och styrelsen hoppas

även på ökat tävlingsdeltagande i alla åldersgrupper såväl individuellt som i stafetter. Sammantaget med oförändrade (se ovan) medlemsavgifter och medlemsförmåner hamnar budgeten på ett underskott för 2008 motsvarande 2007 års redovisade överskott.

Övrigt

Beslötets göra en total översyn av klubbens stadgar.

Paul Schannong (omvald ordf)

Nationell tävling 19 april

Som bekant arrangerar vi en nationell långdistans (medeldistans för DH18-21) lördagen den 19 april. En nyhet är att klasserna DH75 och uppåt kommer att ha skala 1:5000.

TC ligger i Jularp strax öster om Skånes Djurpark. Det är samma som när vi så förtjänstfullt arrangerade det s.k. Tolvslaget i april 2002. Jan Jönsson, livligt påhejad av hustru Anita, håller på att revidera kartan. För tillfället pågår gallring i flera granskogspartier, varför de sista revideringarna kommer att läggas in på tävlingkartan så nära tävlingsdagen som möjligt.

Markägare och jakträttsinnehavare är införstådda med arrangemanget. Banläggare Jan Rubbmark har satt ut sina märklappar och skickat över sina banförslag till tävlingskontrollanten. Det är fritt fram för träningskommittén att arrangera provlöpning.

Tävlingledningen har utsett ett antal huvudfunktionärer. När detta läses har de haft ett första planeringsmöte, den 25 mars. En preliminär funktionärslista har e-postats och huvudfunktionärer kommer att kontakta dem som upptagits på listan och eventuellt fler som hon/han anser sig behöva för att lösa sin uppgifter. Var redo! Mångas hjälp kommer att behövas. Både i förberedelserna och på tävlingsdagen.

Paul Schannong (Tävlingledare)

Klubbens Natlampor!

Nu gör vi en inventering av klubbens natlampor och vi vill veta var dessa befinner sig, hos vilka personer, men också i vilket skick (batteri och lampor). Så vi kan göra upp en lista över hur många lampor vi har och vem som disponerar dessa för närvarande. Kanske någon behöver ses över. Hör av dig på e-post lennart.nilsson@nrab.se eller per telefon till Lennart Nilsson, 040-16 25 69.

Lennart

INBJUDAN



Du MOKare, kom och spring SprintSpiken Tisdagen 27 maj

Tävlingsform	Individuell sprinttävling med jaktstart med tidsdifferenser efter ålder. Äldst startar först i vuxenklasserna, yngst först i ungdomsklasserna. Olika åldershandicapberäkning för varje klass. Först i mål i resp klass vinner.
Klasser	Flickor 10-16, Pojkar 10-16, Damer 17-, Herrar 17-. Du som är under 10 år får gärna springa med skugga med hänsyn till svårighetsgraden men då utom tävlan.
Banlängder	Flickor och Pojkar 2,2 km (svårighet vit/ gul = DH10-12) Damer 2,9 km, Herrar 4,0km
Stämpl.system	Sportident.
Anmälan	Via KLUBBEN ONLINE senast torsdag 22 maj kl. 21.00. Anmälan kan även ske till Paul per tel 046-255513 eller via e-post paul@schannong.com Glöm inte att ange bricknummer.
Samlingsplats	Klubbstugan senast kl 17.30 för genomgång av förutsättningarna och startordningen.
Start	Första start kl. 18.00 i alla klasser. Avstånd TC - start ca 1 200 m.
Karta	Bulltofta skala 1:5 000, ekv. 2 m. Reviderad 2008. Färglaserutskrift.
Terr.beskrivning	Väl känd
Service	- Omkl/dusch Varm dusch på klubblokalen - Servering Vi bjuder på dryck samt grillad korv m bröd och annat tilltugg.
Övrigt	Startstämpling. Banorna löpes i 3 slingor med utgång från "boet". Man stämplar i "boet" inför varje ny slinga. Heltäckande klädsel och OL-skor är att föredra.
Priser	Spikdiplom till segraren i resp klass som ett erkännande för sina extraordinära färdigheter och fartresurser.
Tävlingsledare	Gunnel & Lennart och Paul
Banläggare	Paul
Upplysningar	Gunnel, 040-16 25 69

Välkommen alla MOKare – även Du som inte avser springa