

MOK Nytt

26/8

nr 4 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 040-26 25 44
Lars Johansson 0416-107 27

TRÄNINGSKOMMITTÉ

Jennica Senneberg 040-91 54 60
Håkan Nilsson 040-44 21 80
Marlene Karlsson 040-632 22 21
Mette Pilemand 040-91 23 80
Roland Dahlman 046 20 01 98

UTTAGNINGSKOMMITTÉ

Jennica Senneberg VUXENLAG 040-91 54 60
Dan Jensen UNGDOMSLAG 040-26 25 44
Gert Olsson LAGANMÄLAN 040-49 45 66

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

ALLA BEHÖVS!!!!!!!

ANMÄL DIG TILL 2 VIKTIGA TÄVLINGAR.

Så här går det till:

Fyrklubbsorienteringen

Söndagen den 21 september

Anmälan göres i första hand på klubblistan via
KLUBBEN ONLINE eller på lista i klubblokalen
Sista anmälningdag 11/9

Upprop till alla MOKare.

Vi är i Grupp E (lägsta grupp) och skall börja klättringen uppåt. ALLA BEHÖVS!!!!!!!

DM - Stafett

Söndagen den 14 september

Anmälan göres i första hand på lista i klubb-lokalen
eller till Jennica Senneberg och Gert Olsson
Sista anmälningdag 2/9

Ungdomskommittén anmäler sina lag

Hälsningar UK genom Gert

MOK grävde guld i Stehag

4 Guld till MOK

i klasserna H10, H12, H14 och H35 i Kretsmästerskapet.

Än en gång visade MOK framfötterna genom framförallt ungdomarna. Där börjar vi med att nämna Kevin Mattson H10 och sedan följer Hjalmar Wihlborg H12, Oskar Jensen Sondén H14 samt den något äldre ungdomen Ulf Mattsson i H35. Snyggt jobbat grabbar. Kretsmästerskapet arrangerades av Eslöv på Gyabjär-kartan i Stehag. Gyabjär-kartan ger ju banläggaren ett väldigt begränsat utrymme när han skall lägga de olika banorna och jag kan tänka mig att han hade fått än mer besvär nu, eftersom vissa partier med bokskog hade fällts och låg dessutom kvar på marken. Så här kunde man verkligen tala om att jakten om första platsen gick över stock och sten. Bitvis var alltså terrängen väldigt svårforcerad speciellt mot slutet av av banorna, tack vare de fällda träden. Men som sagt var mycket bra genomfört mästerskap. I damklasserna och de äldre herrklasserna blev resultaten mer blandade, från snudd på seger till en placering längre ner i listan.

I D16 deltog Lovisa som enda startande, i D21 blev Marlene 2:a och Jennica 5:a, i D35 Malin Malmberg 2:a, men som enda startande i Sydvästra kretsen blev det ingen medalj, man skall vara två startande, i D55 blev Gunnel 3:a.

I öppna klasserna hade vi också några deltagare från MOK, i öppen 2, Carina Thomsen som blev 5:a, och öppen 5 Anders Nilsson på 3:e plats. I H35 placerade sig Magnus som 4:a.

I H14 blev Mattias Jacobsson 3:a. I H12, 3:a Shane Mattsson samt 6:a Moltas Viebke.

H55 klassen bjöd på följande placeringar Roland D, 6:a, Håkan N, 8:a och Kaare på 13:e.

I äldsta herrklassen H65 blev Gert Olsson 9:a, Håkan Brost 11:a och Lennart Nilsson 12:a.

I övrigt bjöds det på bra yttre förhållande som bra väder om än något för varmt, det finns ju alltid något att klaga på.

Vid tangentbordet Lennart

F.D. MOKare Götalandsmästare i D21E

När vi nu gläds åt våra MOKares framfart i mästerskapen kan vi kanske glädjas åt framgångarna för MOKare i forskingringen. Ingela Alvmeyren, numera tävlande för Halmstad, sprang hem Götalandsmästerskapen i D21 Elit i Blekinge lördagen den 9:e augusti.

Tävlingarna gick på Ire-Loberget ca två mil norr om Mörrum.

Ingela lyckades bemästra terrängen på den stundtals plottriga

D21 ELIT (18/18)		13:38
1	Alvmeyren, Ingela	Halmsta 1:15:00
2	Dahlstedt, Emma	IFK Lidö 1:19:14
3	Persson, Anna	FK Gölén 1:19:54
4	Nero, Frida	Ronneby 1:21:36
5	Balkman, Frida	SOK Viljö 1:22:58
6	Brett, Cecilia	OK Orto 1:25:42
7	Johansson, Linnea	OK Nac 1:27:51
8	Olsson, Anna	Lunds O 1:30:42
		Växjö O 1:32:00

kartan med mycket höjdkurvor och sten och sprang i mål som etta, på tiden 1.15.59, drygt 3 minuter före 2:an Emma Dahlstedt, banan var drygt 8 km lång. Bra jobbat även här! Grattis Ingela.

Vid tangentbordet Lennart



Nytt deltagarrekord vid årets ParkOrienteringar

TACK! För alla goda insatser i årets MPWT-serie. Skriver detta i all hast. Hoppas få tid till bättre analys så småningom.

NYTT REKORD! Vi hade totalt 1367 deltagare vilket blir ett snitt på 171 deltagare per tävling, (egentligen många fler eftersom många går två och två).

Tidigare rekordet var från 2006 då vi hade 165 deltagare i snitt. Ekonomin måste också ha varit god. Det berättar säkert Paul om på årsmötet.

Som sagt TACK till alla som var med och genomförde årets MPWT! det gjorde vi bra.

Mats

Weben först med senaste nyheterna!

Hej alla ungdomar!

Hoppas att sommaren har varit bra. Några av er har jag sett på sommarens parkorienteringar. Nu är det snart skolstart och då börjar även höstens orienteringstävlingar.

Vi hade tänkt försöka fokusera på ungdomsserierna i höst. Det finns tre kvar och vi ligger för tillfället tvåa i division 2. Om vi får med så många av er som möjligt på de återstående tävlingarna så har vi stor chans att gå upp i topp och därmed klättra upp i division 1. Men det finns även andra tävlingar på programmet.

Nedan har jag listat de av höstens tävlingar som är av speciellt intresse för er ungdomar.

Kretsmästerskapet den 21/8 är en lättsam och liten kvällstävling där ni tävlar mot de andra klubbarna i sydvästra kretsen, man kan kalla den en individuell ungdomscupstävling.

Den plus ungdomscupen den 28/8, som går i Bokskogen utanför Malmö, är båda två bra och lättsamma uppstartstävlingar inför Ungdomsserien den 31/8.

Alla tävlingar kommer att finnas inlagda på hemsidan och de flesta anmäler man sig via klubben online. Jag och Dan kommer att köra till de flesta av höstens ungdomstävlingar och har plats i bilen om era föräldrar inte kan köra. I så fall hör bara av er så fixar vi det.

Behöver ni hjälp med anmälan eller tips om vilken klass ni ska springa så hjälper vi till.

Det finns även andra tävlingar under hösten men det är de som ni ser nedan som vi tycker ni ska fokusera på.

Det finns ett tävlingsprogram att hämta på klubben som heter Skånehöst 2008. I den finns samtliga tävlingar i Skåne i höst.

De kommer även att finnas på hemsidan.

Ungdomsträning börjar den 4/9 i Bokskogen 18.00.

Mer info om detta senare på MOKs hemsida.

Höstens tävlingar som passar MOK:s ungdomar:

21/8	Kretsmästerskap	Eslövs OK
28/8	Ungdomscupen	Bokskogen/OK Kontinent
31/8	Ungdomsserien	Tormestorps IF
7/9	Ungdomsserien	Hästveda OK
14/9	DM- stafett	Helsingborgs OK
20/9	Ungdomsstafett	Lunds OK
28/9	Ungdomsserien	FK Åsen
11/10	U-cupsfinal	IS Kullen/Helsingborg
12/10	Ungd. 7-manna	IS Kullen/Helsingborg

Välkomna till en spännande orienteringshöst.

Ungdomskommittén.

UPPMUNTRINGS PRISET!

Topp 10-ställningen i MOK:s vänner uppmuntringspris efter vårens träningar och tävlingar:

Mattias Jacobsson	28p
Oskar Jensen Sondén	27p
Shane Mattsson	22p
Kevin Mattsson	20p
Saga Thomsen	19p
Lovisa Whillborg	19p
Moltas Viebke	17p
Daniel Jacobsson	16p
Marcus Karlsson	14p
Oliver Bertilsson	14p

Höstsäsongen börjar snart, så var med och samla poäng på träningar och tävlingar i höst. Flitigast vinner!

Ungdomskommittén.

Nya medlemmar

Tore Hassum, Notariegatan 32, 216 11 Limhamn,
Tel: 040-97 06 64

Klubbmästerskap Dag!?

Klubbmästerskap skall det bli, men i skrivande stund vet vi inte när och var. Vi återkommer med besked inom kort. *Träningskommittén*

Bästa MOK:are – den aktuella ställningen den 25 aug 2008

För damer och herrar upp till och med 16 år gäller det att samla poäng på ungdomscuper och ungdomsserier. För damer och herrar gäller sverigelistan som du hittar på www.obasen.nu/sverigelistan

Damer -16år

1. Lovisa Wihlborg	81
2. Emelie Malmberg	58
3. Saga Thomsen	22
4. Minna Aronsson	10
4. Vira Aronsson	10
4. Lisa Landin-Grubb	10

Herrar -16år

1. Kevin Mattsson	118	6. Erik Landin-Grubb	16	9. Marcus Karlsson	5
2. Mattias Jacobsson	98	6. Moltas Viebke	11	9. Daniel Jacobsson	5
3. Oskar Jensen Sondén	97	8. Theo Lönnebacke	7	9. Joel Thorsson	5
4. Shane Mattsson	88	9. Adam Gatte	5		
5. Hjalmar Wihlborg	63	9. Oliver Bertilsson	5		

Damer

1. Marlene Karlsson	21,11
2. Linda Ranbro	30,74
3. Berit Schannong	45,52
4. Carolina Landin	48,27
5. Britt Bülow	68,51
6. Kristina Landgren	73,11
7. Margit Glans	82,35
8. Lovisa Wihlborg	86,91
9. Gunilla Persson	93,64
10. Anneli Lönnebacke	94,3
11. Gunnel Nilsson	95,03

Herrar

1. Ulf Mattsson	28,64	12. Bo Bülow	99,02
2. Magnus Jonasson	34,1	13. Håkan Brost	106,19
3. Håkan Grubb	39,99	14. Hans Lindin	111,35
4. Håkan C Nilsson	47,02	15. Lennart Nilsson	114,43
5. Mats Håkansson	57,68	16. Claes Claesson	153,41
6. Arne Gustavsson	58,68	17. Ingemar Turesson	169,04
7. Roland Dahlman	59,79	18. Denny Hallström	197,29
8. Lars Johansson	64,76		
9. Paul Schannong	91,19		
10. Gert Olsson	92,04		
11. Kaare Hansson	98,41		

TRÄNINGSTIDER

Bulltofta

Måndagar 17-21
Torsdagar 18-21
Söndagar 9-12

Bokskogen

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

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!

Höstens Tävlingar

31/8 Tormestorps IF	Lång	14/9 Helsingborgs SOK	DM Stafett	18/10 Andrarums IF	Hetsjakten
6/9 Tockarps IK	DM Medel	21/9 Frosta OK	4-Klubbs	19/10 Andrarums IF	Hedjakten
7/9 Hästveda OK	DM Lång	28/9 FK Åsen	Lång	2/11 Hylte OK	DM Ultra Lång
12/9 FK Göingarna	DM Natt	4-5/10 FK Boken	Stafett		

MEDLEMSAVGIFT!?

Har du betalt medlemsavgiften för 2008?

Om inte, får du med detta nummer av MOK-Nytt ett inbetalningskort. Använd detta snarast! Du som får MOK-Nytt via mok.nu eller hämtar den på MOK:s hemsida får en påminnelse via e-post.

Medlemsavgiften för 2008 är:

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

MOK:s postgiro 634450-1

Har Du redan betalt bortse då från detta meddelande!

Är det så att Du inte önskar kvarstå som medlem i MOK är jag tacksam att få ett meddelande om detta via telefon eller E-post.

Mvh Torsten

Telefon 040-933317

e-post: thermodsson@hotmail.com

NÄSTA MOK-Nytt

Utkommer den 28 oktober 2008.

Lämna text och bilder senast den 21/10 2008.
OBS! Ni behöver inte vänta tills dess.