

# MOK Nytt

En tidning med  
klubbnyheter för  
alla OL-vänner!

29/3  
nr 2 2011

Klubbkväll: tis 19-21.

## Kontaktpersoner i klubben

### STYRELSEN

Ordf. Magnus Jonasson 040-49 35 83  
Vordf. Håkan Grubb 040-29 23 27  
Kassör Bengt Jonasson 040-94 96 35  
Sekr. Britt Bülow 046-25 20 13

### LEDAMOT

Kaare Hansson 040-26 53 48  
Krister Lindeberg 040-54 72 64

### SUPPLEANT

Benjamin Viebke 070-305 30 59

### UNGDOMS- OCH JUNIORKOMMITTÉ

Dan Jensen 070-676 01 97  
Lars Johansson 0416-107 27  
Malin Malmberg 046-73 62 82  
Benjamin Viebke 070-305 30 59

### TRÄNINGANSVARIGA

Dan Jensen LÄGER 070-676 01 97  
Håkan Nilsson KLUBB-M 040-44 21 80  
Linda Wijk TIS-TRÄN 073-998 04 65  
Kaare Hansson TIS-TRÄN 040-26 53 48  
Håkan Grubb TORS-TRÄN 040-29 23 27  
Lena Magnusson GYM 040-96 34 23

### UTTAGNINGSKOMMITTÉ

Håkan Grubb VUXENLAG 040-29 23 27  
Dan Jensen UNGDOMSLAG 070-676 01 97

### 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@inrab.se



Klubbadress: Malmö OK 2000  
Cederströmsgatan 6, 212 39 Malmö  
Tel: 040-49 52 52. Fax: 040-93 29 47  
www.mok.nu e-post: info@mok.nu



## Vintercup med vinterproblem!

### Snön lyser vit...

Ibland känns det både kul och utmanande att planera ett orienteringsarrangemang, ibland mindre lockande. Inför den senaste Vintercupen kändes uppdraget att arrangera definitivt inte särskilt tilltalande. Orsaken var förstås all snö som så tidigt på vintern lagt sig över Bokskogen. Det var väl helt OK att skissa på banor hemma vid skrivbordet men mindre lockande att ge sig ut i det snötäckta för att kolla lämpliga kontrollpunkter. Inte förrän i mitten av januari, långt senare än normalt, gav jag mig ut i skogen. Snön låg flera dm djup och en viss oro spreds inom mig att det nog kommer att bli ogjort arbete, precis som förra vintern, då ju arrangemanget i februari fick ställas in.



### Oanvändbar parkering

Det var dessutom problem med var vi skulle ha vår parkering. Både den första parkeringen, räknat söderifrån (Grusgropen) och den tredje var för små när snövallarna täckte alla kanter. Det fick bli den andra parkeringen, den som heter Lyckevägens parkering. Visserligen fanns det ytterligare ett möjligt alternativ, Bokskogens golfklubb men med tanke på våra rätt ansträngda relationer med den klubben under det gångna året så kändes det inte riktigt bra att börja diskutera med dem. Problemet med Lyckevägen var att bara en mindre del av ytan där var upplogad, resten låg under ett rejält snötäcke.

Så sent som i månadsskiftet jan-feb var parkeringen oanvändbar eftersom större delen var täckt av 15-20 cm mycket hårdfrusen snö, omöjlig för bilar att ta sig fram i.



### Gumman Tö

I början av februari kom dock Gumman Tö med en hjälpande hand och lät milda västvindar svepa in över Skåne. Det tog bara några dagar så var snön borta i Malmöområdet men den låg envist kvar ytterligare en vecka i skogen.

Med hjälp av Janne Ljunbergs kontakter på Torup fick vi plogat bort de sista snöresterna på parkeringen och några dagar före tävlingsdags var ju hela skogen faktiskt snöfri!



Själva tävlingsdagen är det inte så mycket att orda om. Allt gick i stort sett som planerat. Visserligen var det tomt i kartlådan för A-banan vid några korta tillfällen men det löste sig ändå. En anledning var väl att den banan var den längsta men det borde inte ha betytt så mycket, en annan att folk gärna tar med sig kartor hem lite för tidigt efter att de gått i mål. Det visade sig särskilt ha varit fallet med just A-banan.

Ett stort TACK till de trogna medarbetarna Lennart, Gunnel, Janne och Bertil Kollén och också till Carolina som skötte det elektroniska.

Arne Gustafsson

## Weben först med senaste nyheterna!



# Förändring av MOK Nytt!

Vid årets vårmöte togs frågan upp om avskaffandet av pappersversionen av MOK Nytt för att ersättas av ett mer tidsenligt distributionsförfarande, via internet, med alla dess möjligheter. Vårmetet biföll detta och beslöt även att de som är tävlingsanmälare skall förmedla kommande MOK Nytt i pappersform till de medlemmar som så önskar och inte har dator eller möjlighet att få PDF-filen utskrivet. En sista pappersutgåva av MOK Nytt skall komma ut i slutet av mars månad, detta nummer, i vilket det ska informeras om upphörandet av detsamma.

MOK Nytt kommer även i fortsättningen att komma ut som vanligt med ca 5 nummer om året, men nu endast som PDF-fil, den redaktionella förändringen kommer att bestå i att den information som tillhandahålls via e-post och hemsidan inte kommer att upprepas i MOK Nytt. I MOK Nytt kommer vi att inrikta oss på artiklar av olika slag som berör orienteringen i någon form. Här kommer som tidigare medlemmarnas bidrag att spela en avgörande roll. Ju mer ni har att berätta ju mer kommer det att finnas att läsa. Det kan vara tävlingar med egna upplevelser, något som händer med våra kartor, resor man har gjort, äldre orien-

teringsupplevelser i stil med Hans Lindins första fjällorientering osv. Ungdomarnas framfart i seriesystemet och deras framgångar. Naturupplevelser, både av det negativa slaget, typ Bokskogens golfbanas önskemål om en bit av Bokskogen för drivingrange samt det positiva med avslag i kommunen. Listan kan göras lång med olika infallsvinklar det är bara att spetsa pennan och skriva så det glöder. En viktig bit som inte skall glömmas är alla bilder som plätas vid våra klubbträffar, tävlingar och träningsläger, skicka in dom, det både piggar upp och ger en inblick i vad som händer för de som inte var med. Så skicka in bilderna och få dom publicerade.

Är det papperskopior går även detta bra, lägg dom i ett kuvert och posta till Lennart Nilsson, så scannar jag av dom och bilderna kommer i retur med posten. Välkomna med era text- och bildbidrag till en läsvärd och intressant tidning.

Hälsningar Redaktionen

## Parktävlingar 2011

MPWT firar i år 15-årsjubileum och börjar finna sina former. Det mesta blir som vanligt, samma bana på ca 3 kilometer för alla. En dam- och en herrklass. Start och mål med Sportident för de som vill.

Två etapper saknar fortfarande arrangörer, vem vill ta chansen? MPWT är lätt att arrangera, vi har en bra arrangörshandledning. Några etappansvariga behöver hjälp/assistans vid genomförandet av parktävlingarna. Ge dem en hjälpanhand när de eventuellt ringer och ber om din hjälp. Cirka tre personer (inkl etappansvarig) behövs för genomförandet av etappen och det är inga betungande grejor. Upplägget av tävlingarna är att

det i stort sett skall vara självservice med anmälan, start och målgång. Så sträck ut en hjälpanhand när man tar kontakt! Informationen på baksidan av våra kartor kör vi som vanligt. Detta innebär att ni alla har möjlighet att ragga företag som vill informera. Hör av er till Mats 040 – 15 95 13, om ni vill vara arrangör på de vakanta etapperna eller vill ha detaljer om "baksidesinformationerna".

### Här följer det preliminära programmet och arrangörer!

<b>Etapp 1</b> – 28 juni	Bulltofta Öst, Göran v Rosen/Kerstin Nilsson	<b>Etapp 5</b> – 26 juli	Pildammsparken, VAKANT
<b>Etapp 2</b> – 5 juli	Kungs-/Slottparken, Mette Pilemand	<b>Etapp 6</b> – 2 aug.	Käglinge, Paul Schannong/Krister Lindeberg
<b>Etapp 3</b> – 12 juli	Oklart var, VAKANT	<b>Etapp 7</b> – 9 aug.	Sibbarp, Mats Håkansson
<b>Etapp 4</b> – 19 juli	Alnarp, Bertil Kollén	<b>Etapp 8</b> – 16 aug.	Bulltofta väst, Ivan och Gunilla Persson

Välkomna till sommarträning!

## SprintStafetten!

Nu är det dags för vår årliga klubbstafett på Bulltofta, tisdag 10 maj

### Klasser:

A: 3-mannalag med en DH-16, en D17- och en H17.  
B: 3-mannalag med löpare som inte kan bilda lag enligt kriterierna för klass A.  
C: individuell sprintbana för de som av olika skäl inte vill springa stafett.  
D: individuell sprintbana, s.k. öppen bana, för de som inte kan bestämma sig förrän på tävlingsdagen samt för medföljande föräldrar och andra supportrar.

### Banlängder:

Sträckorna i klass A och B varierar mellan 1,8 och 2,1 km. Banorna i klass C och D är 2,2 km. Alla banor har gul svårighetsgrad.

### Start:

Gemensam start kl 18.30 med spridning enligt en metod som medger 36 olika kombinationer.

### Anmälan:

Individuell anmälan via Eventor. När tiden för efteranmälan gått ut sätter tävlingsledningen ihop så jämstarka lag som möjligt.

### Fot- och benbeklädnad:

Heltäckta ben och orienteringsskor rekommenderas.

### Efter målgång:

Då grillar vi och umgås och snackar vägval och har det allmänt gemytligt! Kom med och ha kul.

Notera att inte bara deltagande löpare utan även medföljande föräldrar och andra supportrar är välkomna till eftersitsen.

### Övrigt:

Gå in på hemsidan för mer information och anmälan!

Hälsn Paul, Lennart och Gunnel

## TRÄNINGSTIDER

### Bokskogen

Tis- och Torsdagar 18-20 • Lör- och Söndagar 10-12  
Vid omklädning och dusch på Torups friluftsgård gäller 0-taxa för ungdomar under 25 år, övrig betalar 5:- mot uppvisande av medlemskort.  
Styrketräning, här gäller ordinarie pris.

## Jubilarer

Datum	Namn	Jubelår	Årtal
05-16	Johanna Jeppsson	20	1991
05-28	Ivar Lundström	70	1941
05-31	Lisa Landin-Grubb	10	2001

## Triangelmatch 2011

Så är det då dags igen för oss att åka till Danmark närmare bestämt Helsingör och tävla med och mot OK Skaermen och årets värd Lyngby OK. Traditionen bjuder att vi på lördagseftermiddagen börjar med ett välsmakande bord innehållande olika kakor, kaffe, te och saft – allt efter önskemål. Därefter beger vi oss till startplatsen.

### 4 banor med olika längd

4 banor finns med olika längd och svårighetsgrad. A är längst, B mitterellan och C kortast. D är lätt och räknas inte in i kampen om "Triangeln".

Det finns ett bestämt och noga reglerat regelverk om vilka som får och inte får springa de olika banorna om man ska räknas in i klubblaget. Det måste vara ett visst antal damer med.

Efter tävlingen så är det middag till självkostnadspris. Diverse måltidsdricka finns också att köpa eller så tar man något med sig hemifrån. Vid desserten brukar prisutdelningen äga rum. Sedan fortsätter den trevliga samvaron till ganska sent på kvällen. Förra året blev det också tack vare Mats H en hel del sång som fortsatte i födelsedagshyllning till en av de danska damerna dagen efter. Viktigt är att klubbarnas medlemmar sprider ut sig vid borden då den sociala biten är en viktig ingrediens i tävlingen.

### Dags för rävjakten

Efter övernattning (inomhus eller i tält) och frukost är det sedan dags för rävjakt, en bra träningsform, och där det också finns möjlighet för alla att vinna.

Nu hoppas jag att många kommer med och förhoppningsvis hjälper till att ta med "Triangeln" hem för åtminstone ett år. Och nästa år arrangerar vi själva tävlingen och förra gången vi hade uppdraget lyckades vi.

Många gånger har vi saknat de klubbens yngre i detta sammanhang. Här är det ett utmärkt tillfälle att komma till annan terräng (träning inför Spring – Cup) och karta för ett lågt pris. Man betalar resa, mat och övernattning som brukar subventioneras delvis för de yngre samt får möjlighet att träffa andra likasinnade på ett avspänt sätt.

### I år äger denna tävling rum den 2-3 juli.

Inbjudan med detaljer kommer så småningom och jag tar emot anmälningar med bricknummer, bana, deltagande i middag, frukost, rävjakt och övernattning, som ska ske klubbvis.

Ni som inte behöver betänketid får gärna redan nu anmäla er till mig. Anmälan till [britt.bulow@spray.se](mailto:britt.bulow@spray.se)  
Hoppas nu att många anmäler sig för det är en rolig och trevlig sammankomst.

Britt Bülow

## Kretsmästerskap!

**Kretsmästerskap dag** den 10 september arrangeras av OK Kontinent



**Kretsmästerskap natt** den 16 september arrangeras av OK Silva.