

MOK Nytt

En tidning med
klubbnyheter för
alla OL-vänner!

5/6
nr 3.2012

Klubbkväll: tis 19-21.

Kontaktpersoner i klubben

STYRELSEN

Ordf. Magnus Jonasson 040-49 35 83
Vordf. Håkan Grubb 040-29 23 27
Kassör Kaare Hansson 040-26 53 48
Sekr. Johanna Berntsson 040-96 17 07

LEDAMOT

Linda Wijk 0739-93 04 65
Ulf Mattsson 040-97 73 65

SUPPLEANT

Krister Lindeberg 040-54 72 64
Benjamin Viebke 070-305 30 59

UNGDOMS- OCH JUNIORKOMMITTÉ

Ulf Mattsson 040-97 73 65
Lars Johansson 0416-107 27
Malin Malmberg 046-73 62 82
Benjamin Viebke 070-305 30 59

NYBÖRJARKOMMITTÉ

Paul Schannong 046-25 55 13
Britt Bülow 046-25 01 13

TRÄNINGANSVARIGA

Linda Wijk TIS-TRÄN 0739-93 04 65
Kaare Hansson TIS-TRÄN 040-26 53 48
Greger Berglund TEKN.TRÄN 0709-22 97 30
Håkan Grubb NATT TRÄN 040-29 23 27
Håkan Nilsson KLUBB-M 040-44 21 80

UTTAGNINGSKOMMITTÉ

Johanna Berntsson VUXENLAG 040-96 17 07
Greger Berglund VUXENLAG 0709-22 97 30
Linda Wijk VUXENLAG 0739-93 04 65
Ulf Mattsson UNGDOMSLAG 040-97 73 65

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

Cederströmögatan 6, 212 39 Malmö
Tel: 040-49 52 52.

www.mok.nu e-post: info@mok.nu

10mila den 5-6 maj 2012

Det är slutet på april och laget har bara 9 löpare. Vad göra???



Laget saknar löpare på sträcka nio och så här ser laguppställningen ut i detta läge.

Sträcka	Gaffling	Banlängd	Namn
1	ja	14 km	Robin Westesson
2	ja	8 km	Pontus Gustavsson
3	ja	14 km	Ted Gustavsson
4	nej	17,5 km	Per Aspegren
5	ja	9,5 km	Simon Yngve
6	ja	9,5 km	Micke Nilsson
7	nej	7 km	Håkan Grubb
8	ja	13 km	Magnus
9	ja	9 km	V-A Kant
10	ja	18* km	Johan Aspegren



Då får Greger Berglund beskedet att Oscar J-S ställer upp på en av sträckorna. Alla drar en lättad suck, speciellt Alf W som nu slipper hoppa in som reserv.

3 maj. Då kommer ett tråkigt besked.

Pontus kan inte ställa upp pga. skada. Vad göra nu då tänker Per och Greger. Då tipsar Oscar om Joakim från OL-gymnasiet, som gärna ställer upp. Härligt nu är vi lag igen.

Då blir det denna uppställningen som gäller:

- | | |
|---------------|----------------------|
| 1) Robin OKK | 6) Oscar MOK |
| 2) Magnus OKK | 7) Håkan MOK |
| 3) Ted MOK | 8) Micke OKK |
| 4) Per OKK | 9) Joakim MOK (Älme) |
| 5) Simon OKK | 10) Johan OKK |

Glada i hågen så far vi iväg, till Kvarn i Östergötland, tidigt på lördagen. Vid ankomsten så huggar alla tag och bygger vårt "basecamp" på angiven plats. Därefter tillbringar vi eftermiddagen med att titta på damernas stafett som vinnas av Haldens SK.

fortsättn på sid 4

Medelstafetten blev en blöt tillställning!

Allt var upplagt för en trivsam orienteringkväll i skogen, stafett med 3 sträckor, men så kom vädrets makter på andra tankar och ansåg att det behövdes vattnas just denna dag. Okej, orienterare är ett tåligt släkte så lite regn avskräcker inte i första taget.

9 lag fanns på startlinjen för att ge sig i kast med Pauls gafflade banläggning. Kartan var nyritad med ny kurvbild och start/mål skedde vid den långsmala parkeringen. Efter målgång och en välbehövlig dusch bjöds det på korvgrillning vid Torups parkering, där vi som väl var satta upp ett tält, så lite skydd mot

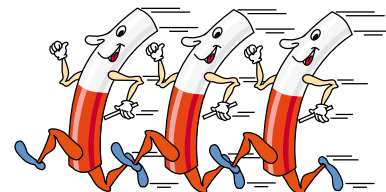


vädrets makter bjöds det. På de följande sidorna kan du följa banläggarens

intentioner och deltagarnas vedermödor med deras egna ord.

Weben först med senaste nyheterna!

Webredaktion: Mattias Jacobsson 040-611 91 74, Carolina Landin 040-29 23 27



Resultatrapport

Sträckorna varierade mellan 2,6 och 2,7 km, men tidsmässigt skulle de inte skilja sig enligt under-teknad banläggare.

På förstasträckan, avsedd för idel damer, fick Kaare hoppa in för Malin som fått förhinder i sista stund.

Johanna i lag 1 for fram som ett jehu och växlade först efter 21 minuter, 5 minuter före Carolina i lag 7 och 6,5 minuter före Gunilla P i lag 9.

Därefter kom Sara i lag 2, Margareta i lag 4, Sofie i lag 3, Kaare i lag 6, Britt i lag 8 och Kerstin i lag 5.

På andrasträckan flöt det verkligen i hållregnet för Håkan G i lag 3, som med en tid på 18 minuter förde upp sitt lag från placering 6 till täten. Ulf M i lag 8 hade även han ordentligt flyt på sin sträcka med en tid på 18,5 minuter. Laget växlade därmed som 4:e lag.

Vid den gemensamma kontrollen på sista sträckan var tätlagen väl samlade. Lag 3 med Ingemar stämplade först nu bara 1,5 minuter före Benny i lag 9. Lag 2 med Håkan N låg 3:a 3 minuter efter täten. Benjamin i lag 8 stämplade 24 sekunder efter Håkan N.

Ingemar och Benny hade samma gafflingsalternativ hem, men missade båda kontroll 153 (en grop gemensam med det pågående Naturpasset).

Slutstriden kom därför att stå mellan Håkan N och Benjamin. De hade olika gafflingar fram till kontroll 143 men samma bandel hem.

Enligt sträcktidredovisningen synes Benjamin ha haft visuell kontakt med Håkan hela tiden och vid näst sista var han ifatt. I kraft av sin relativa ungdom kunde han sedan dra ifrån i motlutet mot sista kontrollen och in i mål. Med en lagtid på 84 minuter på de 8 kilometrarna av medeldistanskaraktär vann lag 8 (Britt, Ulf M och Benjamin). Tiden underskred banläggarens beräknade vinnartid med 6 minuter.

Fullständig resultatredovisning finner Du på hemsidan.

Paul

Pl Namn startnr Tid

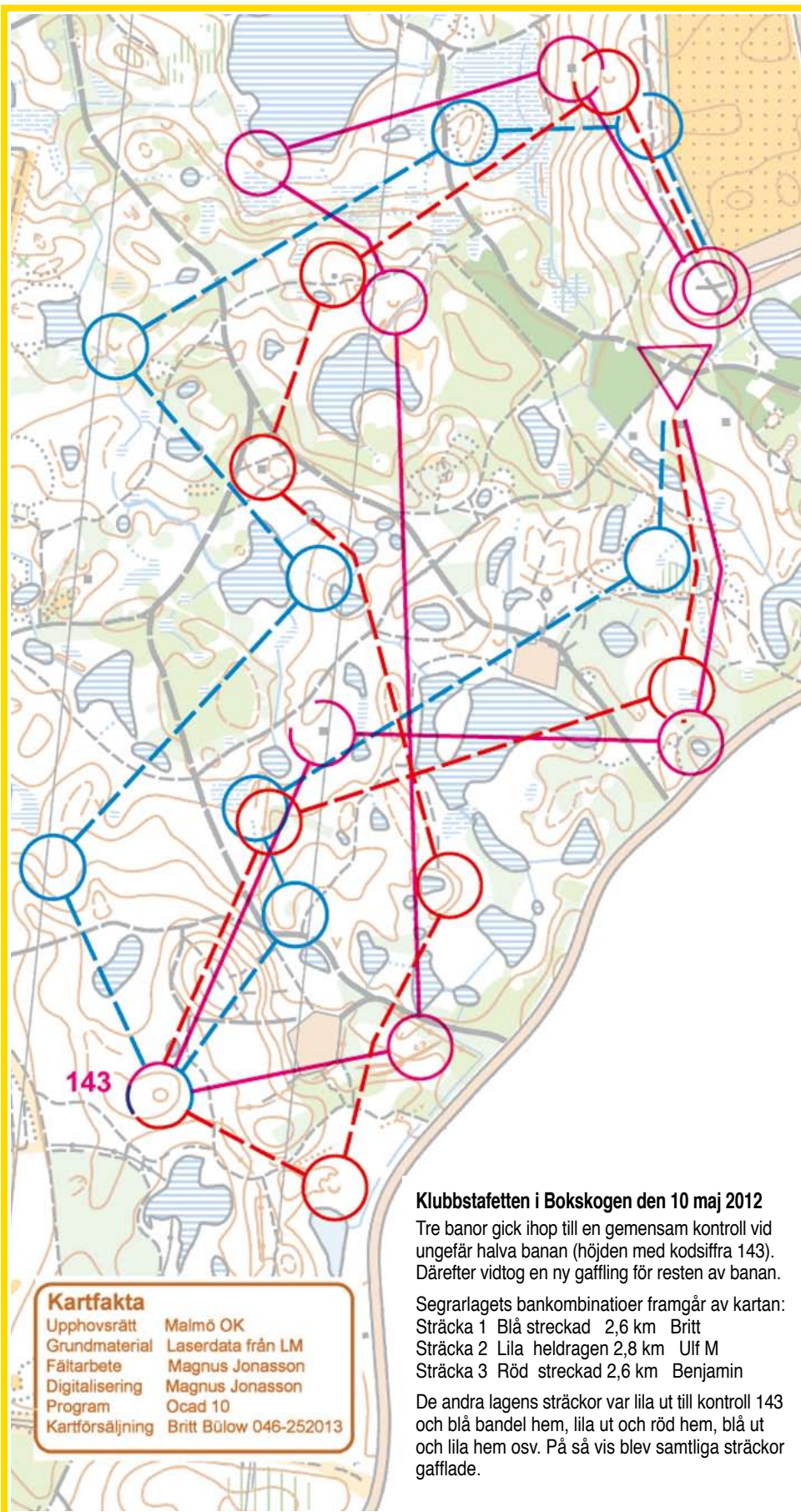
Klass B (9)

1	Britt B + Ulf M + Benjamin	8	1:23:43
2	Sara P + Roland + Håkan N	2	1:23:59
3	Johanna B + Bo B + Jan J	1	1:30:53
4	Kerstin N + Ulf J + Anders Å	5	1:33:43
5	Margareta + Håkan B + Bo P	4	1:40:20
6	Sofie H + Håkan G + Ingemar	3	1:41:59
7	Gunilla P + Gert O + Benny J	9	1:42:39
8	Carolina L + Krister L + Göran vR	7	1:54:44

Kaare H + Karl U + vakant 6 Ej godk.

Klass D (8)

1	Johanna Blomberg	28	34:07
2	Olof Svensson	21	38:39
3	Karsten Brynell	24	48:00
4	Mimmie Bergvall	22	54:41
5	Janne Ljungberg	26	58:03
6	Lena Magnusson	25	1:14:28
	Marie Larsen	27	ej start
	Wivianne Ottosson	23	ej start



Klubbstafetten i Bokskogen den 10 maj 2012

Tre banor gick ihop till en gemensam kontroll vid ungefär halva banan (höjden med kodsifra 143). Därefter vidtog en ny gaffling för resten av banan.

Segrarlagets bankombinationer framgår av kartan:

Sträcka 1 Blå streckad 2,6 km Britt
Sträcka 2 Lila heldragen 2,8 km Ulf M
Sträcka 3 Röd streckad 2,6 km Benjamin

De andra lagens sträckor var lila ut till kontroll 143 och blå bandel hem, lila ut och röd hem, blå ut och lila hem osv. På så vis blev samtliga sträckor gafflade.

Jubilarer

Datum	Namn	Jubelår	Årtal
07-06	Cally Engdahl	90	1922
07-23	Mette Pilemand	40	1972
07-25	Mathias Palminger	40	1972
08-14	Per Olof Johansson	70	1942
08-29	Eva Svanström	40	1972

TRÄNINGSTIDER

Bokskogen

Mån- 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.

Så här skildrar det vinnande laget sina sträckor

... och först ut var Britt som fått första sträckan



Britt Bülow sträcka 1

Nu har jag fått i uppdrag att beskriva hur jag tog mig fram på denna stafetts första sträcka. Medvetet använder jag varken gå, jogga eller springa när jag beskriver hur jag valde väg. Första sträckan – är inte vad jag själv skulle välja med tanke på mina medlöpare. Start kl. 18.00 iväg mot startpunkten där de andra skyndsamt för iväg mot olika mål. Själv försökte jag där liksom senare att skynda mig men utan att förhastna mig.

Stig och stig för att undvika de djupa kärren och sen tvärs igenom och där var kontrollen. Ut mot parkeringsplatsen och sedan lilla stigen, bort till höjden snett in mot kontrollen och den fanns där liksom ytterligare en till i samma ring.

3:de och 4:de kontrollen

Bestämde mig snabbt för att gena till 3:an och det gick bra trots alla våta buskar. Till 4:an gällde det att bestämma sig om vilken sida om höjden mellan kontrollerna som var snabbast. Mitt val blev sydöstra delen och det kändes inte fel när jag kom rakt på 4:an.

5:an och sedan 6:an

5:an nåddes i stort sett genom att följa höjdkurvorna och gå öster om sankmarken. Beslöt att ta ett säkert vägval till 6:an. Ut till stora stigen, sen stigen NO ut till bäckövergång nummer 2 passerats, in emellan sankmarkerna, över lilla bäcken och bort till den andra bäcken där skärmen satt.

Så till 7:an

Valde lite slarvigt att ha riktning nord - nordväst, för terrängen där var mer lättframkomlig, och kom till att se raststugan och valde då att gå ut på den större stigen norrut och sedan åt SV på nästa stig innan jag trängde mig in i det gröna för att faktiskt hitta kontrollen nr 7 snabbare än väntat.

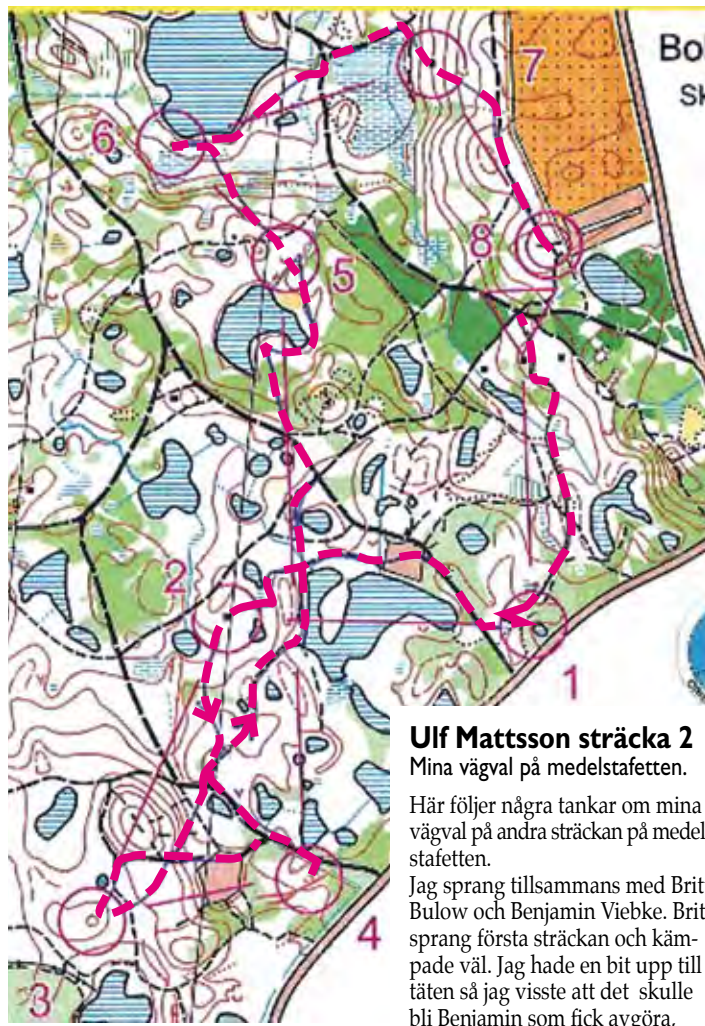
8:an

Försökte sedan med dåligt resultat hålla mig i det vita ut mot stigarna i väster. Blöt, blötare eller blötast kan man fundera över. Nåväl stigen bort mot 8:an är fin men det gäller att hoppa av den på rätt ställe så att man inte kommer söderut utan på rätt större stig och norrut. Jag har vid ett par tidigare tillfällen gått i tankar och glömt att ta av efter bäcken. Men denna gång tog jag rätt väg och skyndade bort mot 8:an.

9:an

Sedan vilken väg skulle vara snabbast rätt igenom kärret eller på stigen norr om? Mitt val blev stigen norr om, som skulle kunna vara ett eldorado för snigelälskare, och därefter snett upp mot 9:an, som satt där den skulle och sedan var det bara spurten kvar. I mål lämnade jag över pinnen till Ulf M, som stod snällt väntande och sen skyndsamt sprang iväg. Själv skyndade jag ner till Torup för att efter duschen få torra kläder på innan grillningen. Tur att regnkläder finns för mer regn än vad vi fick vid grillningen händer inte så ofta. Men trevligt var det! Tack arrangörerna!

/Britt B



Ulf Mattsson sträcka 2 Mina vägval på medelstafetten.

Här följer några tankar om mina vägval på andra sträckan på medelstafetten.

Jag sprang tillsammans med Britt Bulow och Benjamin Viebke. Britt sprang första sträckan och kämpade väl. Jag hade en bit upp till täten så jag visste att det skulle bli Benjamin som fick avgöra,

tänkte bara göra ett stabilt lopp och hoppas på att kunna ta in lite tid.

Pga att det var blött och skala 1:7500 bestämde jag mig för att springa utan glasögon. Men direkt när jag såg på kartan blev jag varse att det var en dum idé.

Till 1:an

Till första vek jag av direkt till vänster men det var bökigare än jag trodde så jag fick sicksacka lite och tappade nog tid gentemot runt på stigen. Men den såg jag inte utan glasögon, missade även lite i ringen.

2:an

Till 2:an valde jag att gå höger runt kärret, vänster kändes inte som ett alternativ. Kom dock lite snett innan kontrollen och fick runda kärret.

3:an Till 3:an drog jag vänster och kom upp på lilla stigen, beslöt därför att springa vänster om höjden innan kontrollen. Annars tror jag att högervägvalet på stigarna är lika snabbt. Från trean drog jag återigen vänster men tror inte det påverkade något.

5:an

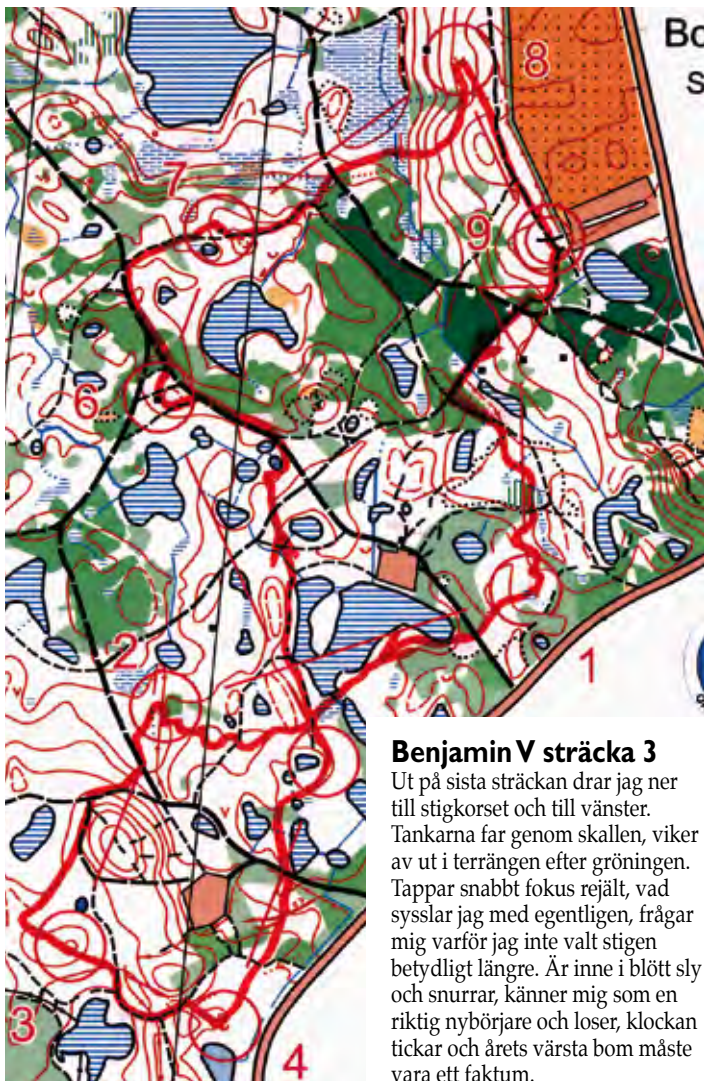
Till 5:an sprang jag vänstervägval via stigen. Här kunde man sprungit rakt på mellan kärren, det hade nog varit något snabbare. När jag skulle vika av från stigen för att runda den stora sankmarken innan kontrollen kom jag in i ett risigt parti och drev återigen av åt vänster, kom ut ur det gröna mitt på kärret istället för vid högerkanten som var planerat. Hittade kontrollen utan problem.

6:an

Tog kompass till 6:an, när jag kom ner till kärret såg jag Roland springande från vänster till höger. Blev då osäker om han tagit kontrollen eller var på väg till den. Blev stående 15 sekunder innan jag såg skärmen. Därefter var det bara till att följa kärret ut till stigen och runda sumpskog. Hittade kontrollen direkt och såg Karl uppe på krönet. Kom inte ifatt honom utan var en bit efter i mål. Sammanlagt missade jag kanske 2 min mot ett optimalt lopp men är nöjd ändå. Benjamin lyckades precis hålla Håkan Nilsson bakom sig så det blev ytterligare en "klubbskalp".

Trots oturen med vädret var det ett mycket trevligt arrangemang som alternativ till sprintstafetten. Ett stort tack till tävlingsledningen.

Ulf Mattsson



Benjamin V sträcka 3

Ut på sista sträckan drar jag ner till stigkorset och till vänster. Tankarna far genom skallen, viker av ut i terrängen efter gröningen. Tappar snabbt fokus rejält, vad sysslar jag med egentligen, frågar mig varför jag inte valt stigen betydligt längre. Är inne i blött sly och snurrar, känner mig som en riktig nybörjare och loser, klockan tickar och årets värsta bom måste vara ett faktum.

Måste snart vara ute vid stora vägen. Men så ett kärr och där i kanten har jag plötsligt ettan – ett under känns det som.

2:an

Sedan förbi gröningarna över vägen drar jag förbi storkärret på vänster sida, sjunker ner lite i gytjan i passagen mellan kärren...och tappar sen åter fokus. Börjar orientera lite planlöst, varför ska det här vara så svårt, det är ju bara Bokskogen (tänker jag). Glasögonen svåra att se genom, mycket vatten, skakar på huvudet. Mer tid går, där har vi en gröning till höger, jamen där bakom kan ju tvåan sitta om jag har tur... och det har jag. Puh! Måste komma in i orienteringen nu!!!

3:dje

Över vägen och tar sikte på höjden, håller höger om den och springer lite stig och sen ut i terrängen igen. Var är den andra lilla höjden, var, var? Jag har dragit för långt åt höger, där till vänster, kursändring och upp till trean. Fler dyrbara sekunder förlorade. Grämer mig fortfarande över den urkassa inledningen på väg till ettan.

4:dje

Oj, var det Håkan Nilsson som sprang åt det hållet?! Ner till trestigkorsningen, följer stigen runt och sen ut till höger. Där har vi en damm och där ja, gropen, fyran.

5:an

Tar sikte norrut mellan gröningarna, över vägen och har sen kärret till höger. Passerar ett, två surdrag och blir lerig igen. Men titta, där står ju Lena Magnusson vid en kontroll...i en liten brant med ett kärr, ja, och där har vi ju femman.

6:an

Kontakt med Håkan Nilsson igen som jag har för mig valde samma stig som jag till vänster om kärrkanten norrut. Håkan är nog på väg till sexan tänker jag...men han drar mer åt vänster. Jag satsar på den större vägen rakt norrut. Förbi kärren på vänster sida och sen mörkgrönt på höger sida. Skymtar Håkan en bit snett framför, oj, han tar sexan vid huset före mig.

7:e

Det här går bara inte, måste ifatt! Väljer sen det enkla, stigen. Svänger ner på den mindre stigen till höger...men var tog Håkan vägen? Har han valt att gena? Stigen går nerför och uppför, var är stenen...där och sjuan!

Mot 8:e

Sedan fortsatt stig nerför, nerför, ner till det sankta och där har vi ju mr Nilsson igen i det sankta. Det ser lite tungt ut för honom. Den vägen ska jag definitivt inte ta, håller till höger istället. Sankt och gytjtigt även där men inte så farligt, över lilla bäcken och sen uppför, uppför.

Har mycket krafter och kan ge järnet. Där till vänster är sänkan med mycket grönt, rundar den med Håkan jämsides eller snäppet före. Nu jäklar! Åttan sitter vid gropen.

Målet i sikte!

Sen blir det fullt ös ut på stigen mot mål och jag har Håkan bakom mig. Aaah, där har vi mål och folk står uppradade. Väl i mål känns det rätt ok trots en usel inledning. Fattar först efter en stund att vårt lag har vunnit.

Benjamin

Här fortsätter 10-mila



Här har vi Håkan Grubb på språng ut på sin sträcka

Starten närmar sig!

Nu börjar det dra ihop sig till start. Robin är laddad (så även hans batterier). Allting flyter på och Alf och Anders Yngve står för markservicen. Tack för det!!

Det är dock lite trångt i tältet men det gör inte så mycket. Det gick faktiskt att få ett par timmar sömn trots en högljudd speaker.

Våra mål var att bara få 1 löpare till omstarten och att slå Lunds OK.

Och vi lyckades med alla målen. Delvis berodde det på att Lunds 1:a lag blev diskat efter "långa natten" pga. arrangörsmisshandling och att deras 1:a löpare i gubbalaget bröt efter 1,5 timmes yrande i skogen.

Alla i laget höll sig till sina gissade tider och vi plockade placeringar hela tiden.

Slutplaceringen blev 173:a av 332 (anmälda) lag.

Trötta men nöjda så far vi hem till Skåne på söndagseftermiddagen. Hoppas på en lika trevlig upplevelse 2013 (varför inte vars ett lag plus damlag???)

/Håkan Grubb



Vid Vättefejden fanns det en tjärdal på kartan, vad är det?

Så här står det i Wikipedia om Tjärdal.

En tjärdal är en trattformig grop, utgrävd i en jordslutning, som används för att producera trätjära. Mot gropen byggs en lutande träbotten och i gropen görs en mila, i vilken kolning sker av kådrik ved.

Sedan förhistorisk tid har trätjären använts som ett bra impregneringsmedel för träprodukter och tågvirke som man vill skydda mot väta och därmed röta.

Tjärbränning

Tjärbränning är en gammal teknik för att utvinna tjära, känd redan av antikens greker. Man vet att tjära brändes i Norden redan under järnåldern. Då gjorde man det i gropar där tjäran samlades upp i en grop under anläggningen, snarare än som i tjärdalen där man tappade ur den under bränningen. Andra anläggningar för tjärtillverkning var tjärrännan, tjärhällen, tjärstenen, tjärmilan och tjärmyrmilan vilka alla hade regionala utbredningar.

Från början av 1900-talet tillverkade man även tjära i tjärfabriker. Beck (tjära som kokats till en trög massa) och tjära var under århundraden en av Sveriges viktigaste exportvaror.

Historisk dokumentation finns genom Hansan på tjärexport från Norden redan under 1300-talet, men det finns indikationer på att man tillverkat tjära för avsalu redan under vikingatid. År 1615 exporterades 13 000 tunnor och under toppåret 1863 utskeppades 227 000 tunnor. Sverige var tillsammans med Finland världsledande på exporten fram till 1800-talets senare hälft, 1890 exporterades 6746 ton tjära. Under kommande decennier upphör produktionen nästan helt eftersom industriellt framställda impregneringsoljor från bland annat av Petroleum började tillverkas. Svensk dalbränd tjära som såldes under namnet Stockholmstjära var samtidens bästa impregneringsmedel.



Furu från skogrika områden

Tjärdalar var lokaliserade till skogrika områden med bestånd av furu, vilket har det största tjärinnehållet. Tidigt användes hela stammar som man katat (skadat barken på) några år tidigare, men när konkurrensen om, och värdet på skogsråvaran ökade övergick man till att använda stubbar som bröts upp med stubbrytare. Bönder och skogshuggare tog till vara stubbar samt sågade och klöv veden till bränningen. När veden var kluven och staplad skulle det

hela täckas och då använde man vitmossa med rötterna vända nedåt. Överst packades 5 cm pinmo för att röken inte skulle tränga ut. Man tände i överkanten och med hjälp av en bälg hölls fyren igång. Tjärdalen låg alltid i en sluttning så att tjäran kunde rinna och det gjorde den genom en ränna nederst. Där samlades tjäran i byttor eller strutar av granbark.

Flera användningsområden

Användningsområdet för tjäran var förutom smörjmedel och impregnering även medicinsk. Vid lungshot intogs tjockt tjärvatten i form av dryck och vid bensår blandades en del råttjära med en del sprit för daglig smörjning. Vid blodbrist kokades tjära och havremjöl som rullades till kulor, en kula intogs per dag. Tjära är fortfarande en ingrediens i vissa hudsalvor. Man kunde även använda tjära som magiskt fördrivningsmedel av olika slag. Till exempel ströks ofta tjärkors på ladugårdsdörrar som skydd för kreaturen.

Ryssolja

Om man i stället för kådrik ved från barrträd använde den grova barken från björkar så får man inte tjära utan en mer lättflytande olja som traditionellt – speciellt i Ryssland – använts för att smörja och behandla läder. Denna olja har en mycket stark rökig lukt och kallas ofta ryssolja.

MOKS TÄLT- OCH FLAGGLISTA

Med utgångspunkt från de som var med relativt ofta förra året och ungdomar bortplockade har den satts ihop.

Många har fått en helg, eller en del en dag som ansvarig. Då flera i samma familj var med har de ofta fått efter varandra.

Flaggan skall alltid vara med och finnas uppsatt på TC och tält skall finnas då vädret är så det behövs.

Den som tar med tältet är inte ensam ansvarig för att det sätts upp utan övriga får hjälpa till. Det tar inte många minuter att få upp. Bara för att man är ansvarig behöver man inte vara den som tar med det. Du kanske inte skall vara med just den gången du är ansvarig, du är dock ändå ansvarig. Se vem som är anmäld och hör med någon av dem om de vill ta med. Eller byt tävling med någon annan.

Tänk också på att om du startar sent och beräknas komma sent till TC får du åka tidigare eller be någon som startar tidigare ta med sakerna.

Är det en tävling på samma ställe flera dagar i rad kan man ta med det första dagen och hem andra dagen.

Klubben har 3 st tunneltält och 2 st sk strandflaggor som allt är tänkta att användas på tävlingar.

Två av tunneltälten är 2 sektioners och ett är 3 sektioners. Är det få anmälda räcker ett 2 sektioners och med lite fler anmälda, kanske mer än 10 st, så är det bättre med ett 3 sektioners. Vid många anmälda kan man ta med två tält, då de går lätt att sätta intill varandra och göra ett långt.

De väger 6 resp 8 kg och allt ligger i en liten relativt påse, så de är smidiga att bära. Betydligt smidigare än de gamla fyrkantiga tälten.

Strandflaggorna finns i svarta långsmala fodral.

Allt skall finnas på klubben senast på tisdagen efter tävlingen om man inte kommit överens med den som skall ha nästa helg om något annat.

Datum	Tävl. namn	Arr.klubb	Tält/flagga ansvar
2012-06-03 00:00	DM Sprint Skåne	Gyng	Kristina Landgren
2012-06-27 00:00	Kretsm., SV krets.	Ringsjö	Arne Gustafsson
2012-07-09 18:30	Sommar-3-kvällar	Andrarum	Håkan Brost
2012-08-12 00:00	Tormestorps/ Tuvan	Tormestorp/ Tuvan	Paul Schannong
2012-08-18 00:00	Lunds OK	Lund	Berit Schannong
2012-08-19 00:00	Lunds OK	Lund	Berit Schannong
2012-08-26 00:00	OK Torfinn	Torfinn	Kaare Hansson
2012-08-31 00:00	DM Natt Skåne	Tormestorp	Magnus Jonasson
2012-09-02 00:00	DM Lång Skåne	Kompassen	Magnus Jonasson
2012-09-08 00:00	DM Medel Skåne	Pan-Kri.stad	Håkan Grubb
2012-09-09 00:00	DM Stafett Skåne	Pan-Kri.stad	Håkan Grubb

Datum	Tävl. namn	Arr.klubb	Tält/flagga ansvar
2012-09-16 00:00	Fyrklubbs	Hästveda	Carolina Landin
2012-09-23 00:00	Höstflåset	Åsen	Ingemar Turesson
2012-09-29 00:00	Höstdubbeln	Boken	Lennart Nilsson
2012-09-30 00:00	Höstdubbeln	Boken	Gunnel Nilsson
2012-10-07 00:00	Ruskruket	Kullen	Mats Håkansson
2012-10-12 00:00	Revinge by Night	Mö/Lund	Johanna Berntsson
2012-10-14 00:00	Hedjakten, partäv.	Lunds OK	Bo Bülow
2012-10-20 00:00	Älgots Cup, final	Skånes OF	Benjamin Viebke
2012-10-21 00:00	Ungd. 7-manna	Skånes OF	Benjamin Viebke
2012-11-04 00:00	Stads-OL	Eslöv	Gunilla Persson
2012-11-18 00:00	Höstrasket	Örkelljunga	Roland Dahlman



Granar faller i Bokskogen

Fick häromdagen "svart på vitt" från Håkan Andolsen i vår klubb att det kommer att hända en del ute i Bokskogen nu under sensommaren eller tidig höst. Janne Ljungberg hade redan varskott om det tidigare och Håkan bekräftade nu att en hel del granskog kommer att avverkas. Håkan vet ju verkligen vad han talar om eftersom han jobbar med skogsskötsel på Skabersjö gods.

Det är i första hand det fina granskogsparti som växer strax söder och sydost om Ljungbergs fastighet. Ett fint område för oss orienterare men skogen är mogen för avverkning enligt markägaren (så brukar det ju tyvärr oftast vara med den bästa skogen) och avverkningen gäller båda sidor av skogsvägen som går söderut ner mot Bokskogens största sjö.

Det andra området som kommer att falla ligger utmed milspåret. Om du utgår från Grusgropen och har sprungit ca 500 m så kommer du till en rätt brant backe med granskog på båda sidor. Skogen är inte så gammal som den ovannämnda men på södra sidan av spåret är den angripen av någon skadeinsekt. Håkan berättade om vilken, men jag redan glömt vad den hette, bara att den visst kommer nere från Polen.

Så, tyvärr, även den backen kommer att fällas men, om jag uppfattade Håkan rätt, så handlar det här om ett betydligt mindre kalhygge än det uppe vid Ljungbergs.

Fast, lite trist är det ändå, förstas.

Arne Gustafsson

Inbjudan till Triangelmatch 16-17 juni samt Träningsläger 15-16 juni

Samlingsplats: Hästveda OK:s klubbstuga i Hästveda

Skärmar sätts upp från Sjörödsvägen – Luhrsjövägen. Och vidare mot klubbstugan som ligger i NV delen av grönområdet v Lilla sjö.

PROGRAM

Fredag: Kvällsträning från kl 19.30.

Lördag: Ett träningspass på förmiddagen.

Efter lunch sedvanligt kaffebord ca kl 14 -15.

Därefter Triangelmatch med middag på kvällen.

Söndag: Rävjakt.

Bana A svår 7 km

Bana B svår 5 km

Bana C mellansvår 3km

Bana D nybörjare 2-3 km

OBS!!! Träningslägerna anordnas endast om minst 10 personer anmäler sig.

----- ● ● ● -----

Mat till fredagskvällen tar man själv med. Kylskåpet räcker ej till privat mat.

Anmälan klubbvis med namn, bana, deltagande i träning fredag och /eller lördag, frukost lördag, lunch lördag, middag, frukost söndag, övernatt-

ning, rävjakt eller annan aktivitet samt bricknummer till Britt Bülow senast måndagen den 4 juni.

Medföljare är välkomna! Glöm inte att anmäla dem till kaffebord och mat.

Meddela om vegetarisk mat önskas eller om allergi förekommer.

Kostnad: lunch 40 (lördag), middag 100, frukost (= morgonmad) 30 (både lördag och söndag).

Alla priser i sv Kr. Dryck finns att köpa till middagen.

Middag kl 19.00

Prisceremoni under middagen

Söndag rävjakt eller annan aktivitet efter frukost!

Övernattning på hårt underlag. 2 rum finns i klubbstugan (ett riktigt stort och ett mindre) samt omklädningsrummen.

Möjlighet finns att slå upp tält. Om vädret tillåter finns badmöjlighet i Luhrsjön ett par km bort.

Varmt välkomna önskar Malmö OK genom Bo och Britt Bülow.

Anmälningsadress britt.bulow@spray.se

Om Triangelmatchen

För MOK:are gäller att man skickar anmälan till britt.bulow@spray.se

Senast 4 juni där man anger vad man vill delta i.

Vi sätter ihop laget enligt de regler som gäller – detta dokument skickas separat till klubbmedlemmarna.

Öl, vin, vatten och läsk till maten lördag kväll kommer att kunna köpas till självkostnadspris.

Alla klubbmedlemmar brukar hjälpa till med mat, disk och städning.

Anmälan ska innehålla

•Namn •Bricknummer

Deltager i

•Fredag träning •Lördag frukost

•Lördag förmiddag, träning •Lördag lunch

•Triangelmatch •Lördag middag (som också innebär prisutdelning efter matchen)

•Söndag frukost •Söndag Rävjakt.

Ange också om du övernattar och vilka nätter.

Med vänlig hälsning Britt

Anmäl dig till Tjoget!

Hej alla Mokare!

Det saknas fortfarande ett halvt lag för att MOK ska få fullt lag till Tjoget! För visst ska väl MOK ha lag i Tjoget i år!? Vi skulle vilja uppmana er som är intresserade av att springa att så snart som möjligt anmäla ert intresse till oss i uttagningskommittén eller gå in och göra din anmälan i Eventor.

Meddela oss gärna även om du inte kan eller vill springa så underlättar du för oss i uttagningskommittén.

Tjoget äger rum den 7-8 juli. Sträckorna är mellan 2,5-8 km långa.

För mer information se inbjudan på nätet.

Och har du redan anmält ditt intresse så hjälp oss gärna att sprida budskapet om

Tjoget till övriga Mokare! Har vi inte fullt lag den 10:e juni anmäler vi inget lag.

Din anmälan gör du här:

<http://eventor.orientering.se/Activities?organisationId=258>

STRÄCKOR: (D=dag, N=natt, G=gryning)

Prel Sträcklängder:

Str 1 7,0 km D Str 8 8,0 km N Str 15 5,0 km D

Str 2 4,0 km D Str 9 5,5 km N Str 16 8,0 km D

Str 3 2,5 km D Str 10 5,0 km N Str 17 6,5 km D

Str 4 8,0 km D Str 11 6,5 km G Str 18 3,0 km D

Str 5 2,5 km D Str 12 3,0 km D Str 19 5,0 km D

Str 6 6,0 km D Str 13 7,5 km D Str 20 8,0 km D

Str 7 4,0 km D Str 14 4,0 km D

I banlängderna ingår ca 400m snitsel.

Sträckorna 3 och 5 motsvarar bana med svårighetsgrad vit.

Sträckorna 2, 12 och 14 motsvarar bana svårighetsgrad gul.

Sträcka 3 endast för löpare HD14 eller yngre och HD60 eller äldre.

övriga sträckor motsvarar svårighetsgrad violett-svart

På sträcka 7 får endast kvinnliga löpare starta.

Minst 4 sträckor måste löpas av damer.

Max 10 löpare från klasserna/åldersgruppen H18, H20, H21, H35

och H40.

Sträcka 3 får löpas av 3 deltagare varav endast en får vara HD60

eller äldre, om alla löpare är damer räknas sträckan som damsträcka.

Inga spridningsmetoder förekommer.

Vänliga hälsningar Greger och Johanna