

# MOK Nytt

31/10

nr 5, 2006

Klubbkväll: tis 19-21.

## Kontaktpersoner i klubben

### STYRELSEN

Ordf. Paul Schannong 046-25 55 13  
Vordf. 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  
Oskar Rubbmark 040-49 14 30

### SUPPLEANT

Krister Lindeberg 040-54 72 64  
Ulf Mattsson 040-97 73 65

### UNGDOMS- OCH JUNIOR- KOMMITTÉ

Ulf Mattsson 040-97 73 65  
Dan Jensen 040-96 76 47  
Berit Algotsson 040-30 00 74  
Katarina Stejre 040-16 42 85

### TRÄNINGSKOMMITTÉ

Pär Timby 040-29 09 02  
Lena Wikénus 040-96 34 23  
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

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

## Medlemmarna i Malmö Orienteringsklubb kallas till **VALMÖTE** TISDAGEN DEN 21 NOVEMBER 19.30

Förutom val av funktionärer för 2007 kommer vi under fikaten efteråt att informera om klubbens ekonomi, göra en tillbakablick på verksamheten hittills i år, utvärdera systemet med stugvärdar och diskutera andra aktuella frågor.

Möt upp mangrant och utnyttja möjligheten att påverka utvecklingen manar  
*Styrelsen*

## Information från Ungdoms- och junior- kommittén:

Så börjar orienteringssäsongen 2006 så sakteliga närma sig sitt slut och det är dags att summa verksamheten. Träningarna fortsätter på tisdagar hela vintern tillsammans med övriga klubbmedlemmar samt på torsdagar för nybörjare och ungdomar åtminstone en bit in i november. Bägge kvällarna kl 18:00 med fika efteråt.

Året har varit lyckat på många sätt och vis. Vi har fått flera nya duktiga ungdomar som har deltagit flitigt på både träningar och tävlingar. Vi har haft många bra resultat, i alla klasser som våra ungdomar har sprungit bl.a två totalsegrar i Ungdomscupen. Vi har ställt upp med stafett-lag i både ungdomscupen, Bokenkavlen och nu senast Ungdomens 7-manna.

Det känns som att vi har en positiv trend i klubben just nu vad det gäller nya ungdomar och det känns väldigt kul. Det är något vi kommer att jobba hårt med framöver för att bibehålla. Det är himla kul när det dyker upp nya ansikten på träningar och tävlingar. Jag vill tacka alla som ställt upp och hjälpt till med träningar och som hjälpte till med våran ungdomscup.

Men året är inte slut än, så kom på våra träningar som vi har och håll utkik på hemsidan efter advent-OL, vintercupen, skinkloppet och andra roligheter som dyker upp framöver. Vill ni se bilder från Bokenkavlen så kan ni gå in på deras hemsida så får ni se några av våra MOK:are i full fart.

Vi ses under hösten. Och....  
Kom ihåg: Orientering är kul.

*Ungdoms- och Juniorkommittén*

## KRETSMÄSTER- SKAP - DAG

Lördagen den 4 november

**Klasser** DH 10, DH 12, DH 14, DH 16, DH 17-20,  
DH 21, DH 35, DH 45, DH 55, DH 65,  
Ö1, Ö2, Ö5, Ö6.

**Stämp.system** Sportident

**Anmälan** Helst via mail till Ingemar Tykesson:  
ingemar.tykesson@tele2.se  
senast söndagen 29/10.  
Alternativt telefon: 0418-820 96.

**Saml.plats/TC** ROKs klubbstuga Teglaröd på  
Söderåsen. Vägvisning från vägen  
Knutstorp-Kläveröd.

**Parkering**

I anslutning till TC.

**Start** Första ordinarie start kl. 11.00.

**Avstånd** TC - start, max 500 m.

**Karta** Teglaröd. Reviderad sommaren 2006.

Skala 1:10 000. Lasertryck.

**Terr.beskrivn.** Måttligt kuperad skogsmark,  
boksog med inslag av granskog.  
Väg- och stigrikt område, vissa delar  
med begränsad framkomlighet.

**Toalett** Torrdass finns.

**Omkl./dusch/bastu** Varmdusch inomhus i klubbstuga  
i anslutning till TC. Ny bastu!

**Priser** Resp. kretsmästare får kretsplakett

**Marka** Finns!

**Tävlingsled. &  
upplysningar** Eva Tykesson 0418-820 96,  
eva.tykesson@tele2.se

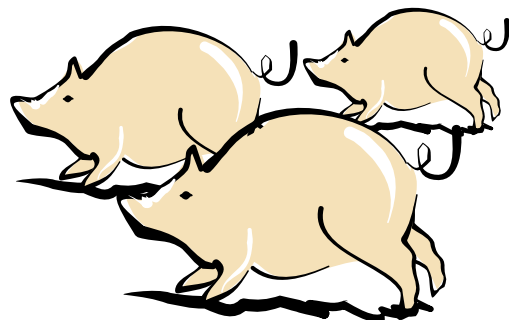
**Banläggare** Klas Tykesson 0418-66 31 84,  
klas.tykesson@ipbolaget.se

## SKINKLOPPET

### I år går skinkloppet på Bulltofta!

Välkomna till klubblokalen lördagen den 2 december, start mellan kl 10.00-11.00. Det blir många kontroller att välja bland precis som vanligt. Den största skillnaden är att terrängen visar sig från sin vänligaste sida, men skinkan är lika svårfångad som vanligt. Glögg serveras från 11.45 i klubblokalen. Kaffe och kaka serveras i samband med dragningen ca 12.30.

*Jönsson/Jonasson*



## Weben först med senaste nyheterna!

# Bästa MOK:are!

## AKTUELL STÄLLNING

### Om Bästa MOK-are

För Herrar och Damer gäller Sverigelistan. Detta är listan som den såg ut med tävlingar till och med den 9 oktober 2006 medräknade. För DH-16 är det insamlade poäng på u-cuper och u-serier som gäller. Listan är preliminär slutresultat med alla tävlingarna inräknade. För mer info se hemsidan.

<b>Herrar</b>	10. Håkan Brost 57.16	<b>Damer</b>	3. Kevin Mattsson 25	<b>D-16</b>	1. Matilda Jeppsson 35
1. Magnus Jonasson 28.11	11. Lars Johansson 58.74	1. Berit Schannong 44.04	3. Oscar Hinton 25	2. Anna Elmståhl 30	
2. Arne Gustavsson 35.04	12. Paul Schannong 60.86	2. Carolina Landin 53.15	5. Kevin Melin 10	3. Lovisa Wihlborg 24	
3. Ulf Mattsson 35.47	13. Gert Olsson 62.51	3. Kristina Landgren 67.61	6. Emil Persson 6	4. Veronika Mossum 11	
4. Håkan Nilsson 35.51	14. Mats Håkansson 63.78	4. Britt Bülow 75.42	7. Märten Svenberg 5	5. Lisa Landin-Grubb 10	
5. Per Jensen 43.2	15. Lennart Nilsson 76.47	5. Gunnel Nilsson 94.12	7. Erik Landin-Grubb 5	6. Johanna Jeppsson 10	
6. Dan Jensen 46.69	16. Kaare Hansson 89.27		7. Hjalmar Wihlborg 5	7. Maria Bergman 5	
7. Hans Lindin 50.09	17. Bo Bülow 91.18	<b>H-16</b>		7. Sofia Jeppsson 5	
8. Roland Dahlman 54.12		1. Oskar Jensen Sondén 272			
9. Håkan Grubb 55.1		2. Shane Mattsson 93			

Information från träningskommittén

## Träningar hösten 2006

**Tisdagar: Kl. 18.00** Löpträning från klubblokalen fortsätter med olika ledare. Oftast är det intervall- eller backträning.

**Onsdagar: Kl. 19.00** Gymnastik Parkskolan till och med 13/12. Börjar igen 4/1-07 efter julupphållet. Ledare Lena Wikénus.

Glöm ej att månadens bana eller naturpasset finns i Bokskogen!

Läs i hemsida och kalendern för mer information!

Väl mött Träningskommittén!

## Dagens dikt!

Följande dikt kan vara bra att ta till som tröst när man gjort en rejäl miss. Den fungerar även när man ska bortförklara inför andra en rejäl bom. Prova själva!

"Det finns mitt i skogen en oväntad glänta som bara kan hittas av den som gått vilse"

Tomas Tranströmer har skrivit dikten.

från Janne Lj.

## Tävlingar

5/11	Hylte	Sydsv 2-milen
12/11	Danmark	Jättemilen
17/11	FK Boken	Night Cup
18/11	FK Boken	Medel
19/11	FK Boken	DM-Ultralång

# 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.

## Anmäl dig nu!

Bokskogsната torsdagen den 23 november. Dam och herrklass! Anmäl dig på klubben online. Mer information på hemsidan eller via Magnus.

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

Leif Andersson, Falkmansgatan 5 B, 21762 Malmö, 040-920771  
Oscar Hinton, Åldermansvägen 14, 23843 Oxie, 040-545311

## Adressändringar

Nils-Olof Jönsson, Gamla Skeppsbron 22, 29631 Åhus, 044-241006

# Vintercupen 2007

7/1 Lunds OK	21/1 OK Kontinent	11/2 Eslövs FK	Vägvisning, uppgift om
14/1 Malmö OK	28/1 OK Silva	18/2 Lunds OK	TC mm kommer att anges
	4/2 Malmö OK		på klubbarnas hemsidor

## AdventOrientering

Start mellan 10.00-11.30.

26/11 Järvallen	Anmälningsavgift:	SportIdent. Bricka finns att
3/12 Furulund	Vuxen 50:-/etapp. Ungdom t.o.m.	hyra för 20:-/etapp.
10/12 Lödde Sandskog	16 år 30:-/etapp.	
17/12 Skönadal	150:- resp. 90:- för 4 etapper.	

## Bokskogsната torsd. den 23 nov.



## Jubilarer

Datum	Namn	Jubelår	Årtal
11-11	Anders Eriksson	50	1956
12-16	Claes Claesson	85	1921
12-16	Rikard Streiffert	40	1966
12-26	Henny Arwidson	70	1936
12-28	Magnus Åberg	30	1976
01-09	Ingemar Turesson	70	1937
01-10	Shane Mattsson	10	1997
01-13	Yrsa Claesson	50	1957
02-02	Britt Bülow	60	1947

# NÄSTA MOK-Nytt

Utkommer den 30 januari 2007.  
Lämna text och bilder senast den 16 januari 2007. OBS! Ni behöver inte vänta tills dess.

# Entor O-Ringen

## Nytt system när du anmäler dig till O-ringen 2007!

Nu gäller nya rutiner för anmälan och betalning till O-Ringen. Allt sker genom ett helt nytt system som heter Entor. Du betalar inget till klubben längre utan alla gör sin egen betalning till arrangören via Entor.

Du anmäler dig **inte** via klubben online heller, även detta gör du genom Entor. Första anmälningsstoppet är den 1 november.

### Problem?

Ring till Bertil Kollén om du har några frågor, tel. 040-46 51 14.

# Städdag på klubben!

Lördagen den 25 november är det en städdag på klubben. Gamla saker i lokalen samt i förrådet kommer att slängas.

Det kommer även att göras lite arbete ute i rabatterna.

Du som har släp ta med det.

Vi samlas 09:00 och klubben kommer att bjuda på fika under dagen.

## Kom och hjälp till!

# Nattmästerskap i Ingeborrarp. Både Krets och KM!

En ljum härlig kväll när mörkret lägrat sig spankulerade 7 ivriga MOKare omkring och förberedde sig för "nattens" vedermödor i Ingeborrarp terrängen. Första start gick klockan 19.00. Orienteringsterrängen var norra delen av den karta där årets 4-klubbs genomfördes. 3 klasser hade klubbmästerskapet fått ihop, var blev alla lycktegubbar och -gummor av, eller är vi inte fler som uppskattar nattorienteringens speciella tjusning.

Nåväl, det var en omväxlande och delvis svårorienterad terräng i mörkret. Det gällde att veta var man befann sig och kanske hellre ta en omväg via någon stig och angripa kontrollen från ett "säkert" håll. H65 där jag och Paul gjorde upp om klubbens mästerskap avgjordes mellan 2:a och 3:e kontrollen då Paul och jag möttes på en väg efter det att jag gjort ett sk

"smart" vägval och försökt gå rakt igenom terrängen. Paul hade då tagit in 6 min. Sedan följdes vi åt tidsmässigt och sågs vid några tillfällen, fast vi gjorde olika vägval för att hitta de resterande kontrollerna på den 3.130 m långa banan. Paul kom först i mål med ytterligare någon minut tillgodo och blev därmed både Krets och klubbmästare.

Klasserna i klubbmästerskapet det tävlades i var D21 Mette och Heidi, H55 Håkan och Lars, H65 Paul och Lennart. En liten entusiastisk skara som tjuvas av nattens problemlösningar. De övriga klubbmästarna blev D21 Mette och H55 Håkan. I H21 ställde bara Magnus upp så det blev inget klubbmästerskap i denna klass. Han fick nöja sig med att tävla i kretsmästerskapet. Förresten var blev de övriga H21:orna av?

*Vid pennan Lennart*

## Resultat Klubb- och Kretsmästerskap i Nattorientering 20 oktober 2006

### D21 - 4 410 m

1. Mette Pilemand 59:53 även Kretsmästare
2. Heidi Mogstad 1:19:15

### H65 - 3 180 m

1. Paul Schannong 50:41 även Kretsmästare
2. Lennart Nilsson 57:54

### H55 - 4 120 m

1. Håkan Nilsson 47:13 även Kretsmästare
2. Lars Johansson 50:41

### H21 - 7 080 m

1. Magnus Jonasson 1:16:15



## Bli Miljonär köp BingoLottos

# JUL KALENDER

och du gynnar klubben

**-den kostar bara 50:-**  
och du kan vinna miljoner

Ring till Bengt 040-94 96 35 och beställ nu!



# MOK-Almanacka 2007

MOK ger även i år ut en egen almanacka för år 2007 i A5-format (uppfälld A4) med trevliga orienteringsmotiv, på bilden ser du första sidan och uppslaget för september.

## Hur många beställer du?

Ge bort till vänner och bekanta! I julklapp kanske?

Almanackan kostar **60 kronor stycket** och finns för avhämtning på klubblokalen tisdagen den 19/12 mellan 19.30 - 20.30. Betalning sker vid avhämtningen.

Vill du ha den hemskickad med post (i brevlådan) betalar du i förskott!  
X antal + porto till Paul Schannong.  
(tex 1 alma 60:- + porto 11:- = 71:-)  
(tex 2 alma 120:- + porto 22:- = 142:-)

Beställ av Paul Schannong  
046-25 55 13 **senast** tisdagen 1/12  
eller på e-post:  
paul@schannong.com

Du kanske redan har beställt,  
men skulle så inte vara fallet.

## Passa på nu!

