

Hjorten

2010

Solna OK



Calle spurtar i mål på Gotlands 3-dagars



HJORTEN

Solna Orienteringsklubbs Årsskrift

Årgång 65

Grundad 1941

Redaktör för Hjorten 2010: Annika Svensson

Ordföranden har ordet

Ordförande summerar 2010

2010 var året vi skulle förnya oss och börja fungera bättre som klubb. Så här i backspeglarna kan vi konstatera att det inte fungerat något vidare. Idén med arbetsgrupper fungerade kanske i början av året men på grund av för dålig organisation och att vi förlorade ett antal nyckelpersoners arbetsenergi under våren så fungerade det tänkta arbetssättet allt sämre.

Så under 2011 ska vi efter förslag från valberedningen och diskussioner på vinterns planeringsmöte försöka etablera en mer projektinriktad arbetsform med styrelsen som drivande kraft. Vi hoppas att detta försök kan ge idéer om hur vi bäst ska sköta om och utveckla klubben i framtiden. Och fungerar det inte får vi komma på något annat sätt. Skam den som ger sig.

Vad finns det då för saker att minnas från 2010?

Årets satsning runt om i Sverige, och inte minst i Stockholm, på motionsorienteringar deltog vi i med två arrangemang i Berghamra. Förebilden för dessa arrangemang är de motionsorienteringar som arrangerats i Helsingfors-trakten på andra sidan Östersjön under många år med flera hundra deltagare varje gång. Tanken med dessa arrangemang är att försöka locka nya orienterare ut i skogen. Nu kom ju inte hundratals och de flesta som kom var redan aktiva orienterare, men någonstans ska man ju börja. Lärdomen från detta första år är att motionsorienterare nog ska lockas på platser där en massa människor redan brukar motionera, typ Hellasgården. Så inför 2011 har Solna och Sundbyberg inlett ett samarbete och ska arrangera 8 motionsorienteringar vid Ursvik, 4 på våren och 4 på hösten. Känns spännande och hoppfullt inför framtiden, både för oss och för Stockholmsorienteringen. För flera vill vi bli.

På tävlingsfronten tycker jag att Annikas seger på Ravinens 3-kvällars i början av juli var det bästa och roligaste. Totalsegern kryddades med en storseger med 6 minuter på första etappen. Janne Bojlings seger i augusti på klassiska Stockenfejden är också värd att nämna.

I november fyllde klubbens gamla hjälte Henry 90 år. Klubben gratulerade givetvis på den stora dagen och Henry var lika pigg och glad som alltid. Många är vi som saknar Henrys framfart i orienteringsskogarna.

En som vi också saknar mycket är kämpen Olle Lönngren som avled senare samma månad. Spring vidare i orienterarhimlen Olle.

Slut för i år, tack för i år.
Håkan

Kidserien genom åren

1971 Johan Norrsell	1991 Tuulikki Gyllenswärd
1972 Lars Tysklind	1992 Anders Boström
1973 Johan Norrsell	1993 Anders Boström
1974 Peter Björklund	1994 Anders Boström
1975 Peter Björklund	1995 Anders Boström
1976 Anders Humla	1996 Anders Boström
1977 Anders Humla	1997 Anders Boström
1978 Ulrika Adolfsson	1998 Markus Korpinen
1979 Madeleine Sjögren (Limpar)	1999 Markus Korpinen
1980 Madeleine Sjögren (Limpar)	2000 Markus Korpinen
1981 Mats Wallin	2001 Michel Humla
1982 Madeleine Sjögren (Limpar)	2002 Jesper Limpar
1983 Mats Wallin	2003 Gustav Mared
1984 Mats Wallin	2004 Michel Humla
1985 Mats Wallin	2005 Michel Humla
1986 Mårten Axelsson	2006 Sigrid Lundin
1987 Mårten Axelsson	2007 Hanna Cronhjort
1988 Patric Deboussard	2008 Valdemar Crispin
1989 Jörgen Lawner	2009 Hanna Cronhjort
1990 -	2010 -

Skidorientering KM – 30 januari 2010

(berättat av Annika Svensson)

Denna fantastiska vinter arrangerades flera skidorienteringar runt om i Stockholm. Vi passade på att köra vårt KM när Bromma Vällingby arrangerade en distriktstävling i Grimsta. Vi som dök upp denna kalla bistra lördagsmorgon bestämde att vi skulle köra mellanbanan som var 5,2 km. Vi kurade i Brommas klubbstuga och hoppades att termometern skulle börja röra på sig och när den började krypa upp mot minus 15 gick vi mot start. Christer stannade lite längre och laddade med semlor. För min del var det mitt livs första skidorientering och det kändes riktigt spännande. Hur skulle det vara att hålla reda på skidor, stavar, kompass, SI-pinne och karta, samtidigt? Jag hade kartan i ett snöre runt halsen uppstugad med ett lite stadigare plastblad. Jag kan lova att det fladdrade ordentligt i nedförsbackarna! Det var riktigt roligt och jag håller tummarna för att nästa vinter också ska bli snörik så att vi alla får tillfälle att åka lite mer.

1 Håkan Sjunnestrand	50.50
2 Annika Svensson	61.31
3 Johan Karlsten	70.31
4 Lars Nordin	88.51
Christer Grunder	utgått

Skid KM – 31 januari 2010

Äntligen gick det att arrangera skid-KM i Stockholm. En snörik vinter gjorde att många dammade av sin skidutrustning och kämpade sig runt i de skidspår som gjordes i ordning. För att inte hamna mitt i denna skidstorm gick starten på vårt skid-KM ganska tidigt denna söndagsmorgon i Ursvik. Vädret var bra, ca 10 grader kallt och vi siktade på att starta vid niotiden. De som hade kommit ihåg att ta med sig sina pjäxor bestämde att vi skulle köra lätta femman. Nu var lätta femman inte fem km då de dragit om spåret lite så vi kan säga att den var drygt fem km, kanske närmare sex km.

1 Urban Boström	29.40
2 Annika Svensson	32.30
3 Lars Nordin	48.00
4 Christer Grunder	53.05

Medeldistans KM – 27 maj 2010

Kort och bra i trevlig terräng runt Haninges klubbstuga i Handen. Runo gjorde comeback och Ingvar fick helt oförskyllt springa en längre bana än tänkt, och blev på köpet uppflyttat till en annan klass.

Resultat:

HD70		H65	
1 Runo Edholm	27:39	1 Jan Bojling	31:30
2 Solveig Humla	39:39	2 Lars Nordin	35:38
		3 Ingvar Johannesson	46:58
		4 Christer Grunder	57:21
H55		HD45	
1 Håkan Sjunnestrand	26:36	1 Mikael Cronhjort	26:31
2 Johan Karlsten	31:54	2 Annika Svensson	36:14
3 Calle Darland	32:47	3 Bengt Lundberg	40:40
4 Tomas Sjöberg	63:06		
5 Ulf Bylund	79:18		
D50			
1 Monica Darland	39:15		
2 Ann Karlsten	60:06		

Sprint KM – 19 augusti 2010

Sprint-KM avgjordes i Barkarby. En trevlig tävling med nyhet för orienteringstävlingar, lottning genom starttid på lotter som varje tävlande fick dra. Samma sprintbana för alla tävlande på 1750 m vilket gav extraordinära möjligheter till vägvalsanalys. Andreas var snabbast för kvällen genom att genomföra ett jämt och kontrollerat lopp, till skillnad från vissa andra som for runt som skällade råttor i Barkarbyterräng med missar och slarviga vägval som resultat.

Resultat:

HD21		H40	
1 Hans Rullgård	16:12	1 Andreas Grunder	13:45
2 Annika Svensson	18:26	2 Peter Fitger	14:09
3 Michel Humla	18:29		
H55		H60	
1 Håkan Sjunnestrand	14:43	1 Urban Boström	14:43
2 Johan Karlsten	16:52	2 Tomas Sjöberg	26:45
3 Calle Darland	17:58		
H65		HD70	
1 Jan Bojling	16:10	1 Ingvar Johannesson	22:37
2 Lars Nordin	23:02	2 Solveig Humla	37:02
3 Christer Grunder	33:11	3 Åke Lindström	63:02
D50			
1 Elisabeth Byberger	18:50		
2 Ann Karlsten	33:35		

Långdistans KM – 15 juni 2010

En solig och skön dag förbyttes till en iskall och ruggig kväll. Men Solnas löpare var tappra, Håkan sa att han var bäst när han frös och så bar det ut i Rotebroskogarna. Startmellanrummen blev väl små efter traditionell Christer-lottning av startlistan. Sven Hedmans banor gillades och det blev en jämn kamp om placeringarna i flera klasser.

H21 5,2 km		H55 5,2 km	
1 Mikael Cronhjort	53:17	1 Håkan Sjunnestrand	51:06
2 Hans Rullgård	58:44	2 Johan Karlsten	56:16
3 Viktor Davidsson	58:50	3 Bo Davidsson	56:51
		4 Calle Darland	74:09
D45 3,8 km		H60 3,8 km	
1 Annika Svensson	45:10	1 Tomas Sjöberg	94:12
2 Elisabeth Byberger	50:09	Ulf Byström	utgått
3 Monica Darland	54:29		
H65 2,8 km		H70 2,8 km	
1 Jan Bojling	30:28	1 Runo Edholm	42:53
2 Lars Nordin	38:51	2 Ingvar Johannesson	57:32
3 Christer Grunder	61:23		
Motion			
1 Solveig Humla	67:31		
2 Ann Karlsten	88:52		

Natt KM – 17 september 2010

Ett hårt Natt-KM vid foten av Hammarbybacken i samband med Nacka by Night. 1/3 av de anmälda lämnade återbud innan start p.g.a. diverse krämpor. Då förstår ni själva hur hårt det var.

D45 2,8 km		H65 2,8 km	
1 Annika Svensson	29:55	1 Jan Bojling	35:41
2 Ann Karlsten	71:52	2 Lars Nordin	41:26
H45 4,55 km			
1 Håkan Sjunnestrand	43:07		
2 Peter Fitger	47:28		
3 Johan Karlsten	47:36		
4 Bengt Lundberg	84:17		
Urban Boström	utgått		



2- och 3-dagars på Gotland

(berättat av Annika Svensson)

Denna gång var vi ett lite större gäng som ville åka till Gotland och springa. Elisabeth och jag åkte tidigt för att vara med på 2-dagars. Vi hittade boende vid Ljugarn och planerade att cykla till tävlingarna som gick nära Katthammarsvik. Janne Bojling var också med men bodde lite närmare tävlingen. Cyklingen till tävlingen var en riktig uppvärmning, om man nu behöver det när det nästan är 30 grader varmt. Alla kämpade tappert i värmen uppe på klinten där många av banorna gick. Elisabeth fastnade i taggbuskarna och fick ta av sig orienteringsblusen för att komma loss. Efter avklarad etapp och många rispor åkte vi på söndagen vidare norrut mot Fårösund där vi anslöt med Calle och Monica som kombinerade orienteringen med golfspel. Johan och Ann hade hittat boende på Fårö. På måndagen var det vilodag och Elisabeth och jag tog åter fram cyklarna och trampade västerut mot Blå lagunen. Detta är ett vattenfyllt stenbrott med fantastiskt fint vatten. Rena rama playan. Efter vilodagen var vi redo för 3-dagars som gick på Furilden. Och ja, vi cyklade igen.

Värmen var kvävande men man vill ju inte klaga på värmen så vi kröp in i skuggan och avvaktade starten. Tanka vatten och iväg till start. Denna första dag gick banorna uppe på klinten och det var en hel del luriga sträckor och kontrollpunkter. Dagen efter hördes flera kommentarer som: jo det gick väl ganska bra men så kom den där "jävla gropen". Lite kul att höra för en som själv missade den. Jag sprang för långt och lyckades hitta gropen genom att springa in där alla sprang ut. Efter genomförd etapp fick vi svalka oss i havet innan det var dags att åter vända cykeln mot Fårösund.

Andra dagen var det medeldistans och då tyckte i alla fall jag att det bitvis var riktigt svårt. De hade till exempel gömt en kontroll i en pytteliten glänta mitt i ett mörkgrönt område på kartan som i verkligheten var ett taggbuskebeväxt träsk. En del lyckades lite bättre och jag fick cykla hem och sikta på nästa etapp i stället.



Janne är nöjd efter sista etappen medan Monica och Annika tar sig en funderare

Sista etappen var det jaktstart och jag var taggad för att försöka ta igen den misslyckade gårdagen. Det startade ganska bra och mitt på banan låg ett ganska stort träsk som det inte var läge att springa runt. När jag med viss tvekan gav mig ut i träsket hör jag ett vrål. Det var Monica som plurrat mitt i men jag såg att hon kom upp och att hon kunde springa vidare. Efter träsket var det en långsträcka som jag försökte hålla kursen genom. Blev lite osäker och tvekan och helt plötsligt dök den där "jävla gropen" upp. Hurra, nu visste jag var jag befann mig. Tänk att den skulle komma till användning igen!

Än en gång fick jag en kanontrevlig Gotlandsupplevelse. Det är bara att sikta in sig på nästa år. Du hänger väl med?



Bengtstorp

O-ringen 2010 (Örebro) (berättat av Annika Svensson)

Den här gången gick O-ringen nära Bosses sommarhus och vi var inbjudna att bo där. Jättetrevligt och väldigt fint i Bengtstorp utanför Gytstorp.

Första etappen gick i Kilsbergen och det är ett område som inger stor respekt. Vi hade en ganska tidig start och begav oss mot Mogetorp på morgonen. Man kan inte påstå att det var någon större värme och på väg till start började det regna, och blåsa. Jag hade sällskap av en man från Skåne som undrade varför han gjorde detta, frivilligt, och dessutom betalade för att vara med. Med hackande tänder höll jag med men man vet ju att det är roligt så snart man kommit igång. Det var just det. Trögt att komma igång. Jag var så kall och stel att jag fick gå till första kontrollen, det gick helt enkelt inte att springa. Sedan rullade det på och jag tog det försiktigt för att inte komma snett. Väl i mål satt Håkan, Bosse och Viktor och väntade hukande under paraplyer och vi packade snabbt ihop för att åka tillbaka till Bengtstorp. Väl framme satt vi fullt påklädda i bastun för att få upp värmen. Tänk att det kan vara så kallt på sommaren!



Kartstudie efter etapp 2

Nästa dag var det lite bättre väder och vi fick åka ganska långt. Etappen gick i Dovra sjöar, söder om Östansjö. Bosses fot ville tyvärr inte vara med längre och han kämpade tappert för att ta sig till TC, att springa var inte aktuellt. Viktor, Håkan och jag gav oss ut på medeldistansen som var på programmet. Terrängen var detaljerad och ganska klurig. Jag tog det försiktigt och var nöjd när jag kom i mål. Håkan gjorde ett kanonlopp och hamnade på en 10:e plats. Vi träffade även på Lasse och Ingegerd som under denna vecka bodde på ett annat ställe.

Tredje etappen gick på samma ställe men nu var det åter långdistans. Långa sträckor över riktigt kuperad terräng. Jag kände mig nöjd även denna dag. Kunde koncentrera mig och inte göra misstagen jag brukar göra. På kvällen ordnade vi klubbmiddag i Bengtstorp och bjöd även in Zacke med fru från Älvsjö-Örby. Vi hade en trevlig grillkväll på verandan till Bosses sommarhus.



Johan i tävlingstagen

Sedan var det vilodag. Veckans finaste dag vädermässigt. Vi åkte in till Örebro och deltog i en stadsorientering. Sedan var vi åskådare på Mountainbikeorientering som Johan deltog i. Vi placerade oss på toppen av slalombacken i Örebro (jo, det finns faktiskt en sån) och inväntade cyklisterna. En del valde att cykla nerför backen medan andra tog en omväg. Jag hade definitivt valt att cykla runt och det gjorde Johan också.

Fjärde etappen avgjordes i Kågleborg, nära Fellingsbro. Det var även första etappen på 2-dagars som var nytt för i år. Johan och Michael deltog i denna variant. Fellingsbroterrängen var riktigt lättlöpt och det kändes lite ovant efter de tre första etapperna. Precis när jag kommit i mål började regnet ösa ner och jag åkte med Johan och Ann därifrån. Vi kom på att det inte var någon idé att gå i ösregnet till

duschen utan vi satsade på en badplats i stället. Det var en märklig upplevelse. En hel badplats för oss själva. Ja, ni kan ju tänka er en badplats i ösregn. Vattnet kokade av regndropparna som öste ner i sjön. Jätteläcker när man ändå är i vattnet. Johan och Ann inkvarterades i Bengtstorp och Håkan åkte hem.

Femte och sista etappen gick i Örebro vid universitetet. Alla etapper hade hittills gått jättebra, inga missar och full koncentration. Så var det inte denna dag. Det blev som så att jag samlade ihop alla veckans misstag till denna sista etapp och sprang t o m kontrakurs!

Resultat 5-dagas i Örebro

Klass	Namn	E1	E2	E3	E4	E5	Totalt
H17-20	Viktor Davidsson	55	59	39	30	49	42
D45K	Annika Svensson	47	27	22	31	89	36
H55K	Håkan Sjunnestrand	27	10	59	33	-	-
H55K	Bo Davidsson	95	-	-	-	-	-
H65M	Lars Nordin	3	3	6	3	8	4
2-dagars Difficult	Michael Sjögren				93	88	86
2-dagars Middle	Johan Karlsten				36	32	29
Ö1	Ann Karlsten				106		
Ö5	Michael Sjögren			79			



Elisabeth och Evy befinner sig på rätt ställe i ösregnet

Helg utan älg (Gotland)

(berättat av Annika Svensson)

Detta år gick Helg utan Älg 23-24 oktober och vi blev 14 solnaiter som åkte över havet till Gotland för att kämpa bland taggbuskarna. Det var Monica och Calle som åkte redan på torsdagen för att hinna golfa lite och Johan och Ann som passade på att ta lite semester innan tävlingarna. Ingvar och Evy valde att åka tidigt på fredag och vi övriga, Elisabeth, Runo, Solveig, Sven-Erik, Michel, Bengt, Janne och jag åkte på fredag kväll. Vi var lite sena med att boka så vi hamnade på två olika hotell. Några bodde på Solhem och några på Hamnhotellet. På lördagen var Runo chaufför och släppte av patrasket (ja, det var så han sa när han försökte skoja med parkeringsfunktionärerna). Funktionärerna hade tyvärr ingen humor och det skrattade vi gott åt. Tävlingarna gick vid Traume sydost om Visby och det var ett riktigt blött ställe. TC låg i anslutning till en fotbollsplan och där hade vi med lite god vilja kunnat spela vattenpolo. I skogen sprang vi längs stigar som var som bäckar. Tillbaks i Visby blev

det traditionell shopping och fika. Framåt kvällen samlades hela gänget och åt en välsmakande Grekisk buffé i Visby.



Solveig snart i mål efter en lång spurt

Nästa dag var det samma väder men nu tog vi vårt tält och flyttade det till en något torrare plats. Direkt efter start var det nästan ett terränglopp längs en skogsväg men efter ett par kilometer blev det orientering. Mitt på banan hade de gjort en fälla. Vi var många som snubblade över en metalltråd som var spänd ett par decimeter över marken. Dagens höjdare blev Crepperian där vi var många som intog en delikat lunch innan det var dags för hemfärd till fastlandet.

25-manna – 9 oktober 2010

(berättat av Lars Nordin)

När startskottet smällde kl 09 den 9/10 på startgårdet i Kårsta så hade Solna OK ett lag med. Henric Karlsson hängde bra med i klungan hela loppet. Han spikade första långsträckan och gjorde ett kanonlopp. Han växlade som 308:a 10 min efter tätan. Även Peter Fitger gjorde ett mycket bra lopp. Liknande långsträckor som på S1 med andra gafflingar. Han gjorde inte heller några stora missar och växlade som 314:e 33 min efter. Nu hade vi fått en så bra öppning som möjligt mot tätens snabba H21or. Bra gjort Henric och Peter!

Två månader innan, vid Centrumsprinten vid Lappis 13/8, diskuterade Christer Grunder, Solveig Humla och jag (Lars N.) om det var möjligt att få ihop ett lag till 25-manna. Det såg rätt dystert ut med flera skador bland damer och några gubbar. Vi saknade också en ungdom H14/D16. Det blev många mail och telefonsamtal, och flera återbud. Jag hade nästan givit upp när jag fick samtal från en kompis från SEB (klubblös). Lasse Ågren och dottern Isabell kunde skjuta upp älgjakten i Dalarna en dag och ställa upp på 25-manna. Det blev räddningen!! Sedan fick jag 'låna in' några löpare från Centrum OK, Järfälla OK och IBM-klubben. Alla dessa löpare gjorde bra lopp. Isabell var jätteduktig på S4 vit. Vi hängde med bra de första 5 sträckorna. Vi växlade: 308 – 314 – 319 – 309 – 294 – 304. På 6:e sprang Urban Boström mycket bra, 28.58 på 4 km. Han sa: 'Jag höll mig noga på spåret hela banan'. Tyvärr misslyckades jag (Ludde) rejält. Jag missade stort på några långsträckor. Det var flack skog och inga stora branter eller berg som tog emot. Varken stegning eller kompassgång stämde denna dag. Jag får be laget om ursäkt för detta dåliga lopp (1.50 på 4 km). Jag var väl lite ursäktad pga lagledarrollen som gjorde mig 'lite snurrig'. Jag hade bara sovit 4 timmar på natten för Christer G och jag var ute på TC i mörkret på fredag kväll. Vi ville sätta upp vindskyddet. Det gick inte bra. Vi fick vända på de smala vägarna i mörkret nära TC och var nära att köra i diket.

På sträcka 7 sprang Lasse Ågren fort, 37 min på 4,2 km. Sedan råkade vi ut för "en banläggarmiss". Sträcka 7 hade svårighetsgraden RÖD enligt inbjudan, men i verkligheten var banan svårare. En utredning i StOF-nytt 3/2010 visar på BLÅ svårighetsgrad. Det saknades tydliga inläsningspunkter ('sista säkra'). Petter Sjunnestrand tvingades utgå på sträcka 7, och det var ju 'en banläggafel'. De måste ju lägga banor med rätt svårighetsgrader när lag från Sverige, Norge och Finland ställer upp. Vi hade 3 löpare med på omstarten. Christer Grunder tog sig runt S23 3,3 km i säker stil. Sedan kom det två "kanonlopp"!! Annika Svensson var med nära tätklungan nästan hela loppet. Lite ensam vid någon

kontroll. Hon spurtade i mål tidigt i omstarten ca 5 min efter första dam. På S25 avkortad till 7,2 km var Jonas Fors i en tätklunga hela loppet. Hans föräldrar och jag kunde se honom spurta i mål på tiden 51.42 (7,2 min/km). Jonas har ju även tidigare år lyckats bra på sista sträckan.

Efter 25-manna fick vi i klubben fina "tack-mail" från bl.a. Mikael Cronhjort och Solveig Humla. Det var trevligt. Flera hade tyckt att det var roligt att springa. Synd att vi inte lyckades ta oss runt!

Inför 25-manna 2011 vid Almnäs i Södertälje har den nya styrelsen sagt att vi efter vårens KM ska undersöka intresset för ett 25-mannalag. Ska vi ha ett eget lag eller söka kombination med någon annan klubb? Ett alternativ är att spara anmälningsavgiften och träna upp några ungdomar inför kommande år. Det behövs minst 2 st som ringer runt och letar löpare. Det var Spännade och Kul och Jobbigt, Tack för insatserna vid 25-manna 2010 från Lagledaren 'Ludde'.

RESULTAT 25-MANNA					
STRÄCKA	Km	ALT	LÖPARE	Solnas tid	Tätens tid
1.0	6.6	B	Henric Karlsson	44.40	33.55
2.0	6.6	A	Peter Fitger	54r.06	30.43
3.1	3.7	3A	Hanna Cronhjort	53.35	21.38
3.2	3.7	3B	Anna Arnlund	38.36	
3.3	3.7	3C	Anna Ågren Centrum OK	37.26	
3.4	3.7	3D	Elisabet Byberger	46.54	
4.1	2.6	4B	Isabella Cramner	29.24	11.46
4.2	2.6	4D	Solveig Humla	45.52	
4.3	2.6	4A	Runo Edholm	33.34	
4.4	2.6	4C	Lars Löthman Järfälla OK	22.57	
5.1	5.9	5B	Andreas Grunder	58.36	28.44
5.2	5.9	5D	Hans Rullgård	43.58	
5.3	5.9	5A	Calle Darland	57.34	
5.4	5.9	5C	Håkan Sjunnestränd	48.22	
6.1	4.0	6B	Bengt Lundberg	56.02	20.10
6.2	4.0	6D	Lars Nordin	110.30	
6.3	4.0	6A	Johan Karlsten	40.18	
6.4	4.0	6C	Urban Boström	28.58	
7.1	4.2	7A	Petter Sjunnestränd	Utgått	20.15
7.2	4.2	7B	Jan-Olof Wåhlberg IBM-klubben	49.48	
7.3	4.2	7C	Lars Ågren	37.00	
7.4	4.2	7D	Mikael Cronhjort	59.01	
23.0	3.3	23A	Christer Grunder	64.00	14.52
24.0	5.0	24A	Annika Svensson	53.26	26.26
25.0	7.2	25B	Jonas Fors	51.42	50.50
25.0	8.4		TÄTEN		40.58
			OMSTART sträcka 23-24-25		

År	Plats	Startande	Fullföljande	Solna Plac.	Omstart str.
2001	F18 Tullinge	345	277	254	2
2002	Flottsbro	335	264	Felst.	--
2003	Barkarby	339	292	228	INGEN
2004	Rudan	344	286	208	1
2005	Skavlöten	337	229	218	3
2006	Visättra	347	287	242	2
2007	Riksten	351	255	Felst.	--
2008	Rinkebyskogen	355	282	260	2
2009	Västerhaninge	352	262	Felst.	--
2010	Vallentuna	362	288	Felst.	--

Barometerloppet - 17 oktober 2010

Banläggare vid årets Barometerlopp var Ulf Radler från Järfälla OK och platsen Granskog vid Järfällas klubbstuga. Dagen bjöd på strålande höstväder med sol och några plusgrader.

Barometerloppet 9,6 km	Slinga A	Slinga B	Slinga C	Totalt
1 Håkan Sjunnestrand	32.40	26.52	28.35	1.28.07
2 Hans Rullgård	30.50	28.04	31.12	1.30.06
3 Johan Karlsten	35.32	34.22	34.28	1.44.22
Bengt Lundberg	-	43.45	46.00	Utgått

Termometerloppet 6,1 km	Slinga B	Slinga C	Totalt
1 Jan Bojling	34.01	31.15	1.05.16
2 Lars Nordin	42.47	45.52	1.28.39
Thomas Sjöberg	-	60.16	Utgått

Dambarometern 6,1 km	Slinga B	Slinga C	Totalt
1 Annika Svensson	34.02	33.53	1.07.55
2 Ann Karlsten	69.14	52.05	2.01.19
Solveig Humla	79.44	-	Utgått

Ställningen totalt på vandringspriset

Dambarometern

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	Totalt
Annika Svensson	2	-	-	2	2	-	4	3	13
Monica Darland	-	1	-	3	3	2	3	-	12
Happy Hilmarsdottir	-	2	3	-	-	-	2	-	7
Kerstin Amnell	-	-	-	4	-	-	-	-	4
Gunilla Mared	1	-	2	-	-	-	-	-	3
Ann Karlsten	-	-	-	-	-	-	-	2	2
Solveig Humla	-	-	1	-	-	-	-	-	1
Sigrid Lundin	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Termometern

	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	Totalt
Jan Bojling	2	-	4	3	4	2	-	3	18
Lars Nordin	-	1	3	2	3	1	2	2	14
Urban Boström	-	2	-	-	-	-	3	-	5
Jan Brundell	1	-	-	-	-	-	-	-	1
Christer Grunder	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Tomas Sjöberg	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Centilitern

	2003	2004	2005-2010	Totalt
Urban Boström	3	-	-	3
Magnus Mared	2	-	-	2
Håkan Sjunnestrand	-	2	-	2
Lars Nordin	1	-	-	1
Bo Davidsson	-	1	-	1

Barometern

	1996-2001	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	Totalt
Anders Holmström	9,4,2,3,1,-	-	-	-	-	-	-	-	19
Peter Fitger	7,2,1,2,-,3	2	1	-	-	-	-	-	18
Håkan Sjunnestrand	-,-,-,-,-,-	-	-	3	4	4	-	4	15
Mats Westerberg	6,3,-,-,-,-	-	-	-	-	-	-	-	9
Esa Myllyvainio	-,-,3,-,-,-	-	-	-	-	-	-	-	8
Bengt Lindberg	8,-,-,-,-,-	-	-	-	-	-	-	-	8
Bo Davidsson	-,-,-,-,1,2	-	-	-	3	2	-	-	8

Mats Pihlström	-,-,-,-,-	3	2	-	1	-	-	-	6
Madeleine Limpar	-,-,-,-,-5	-	-	-	-	-	-	-	5
Johan Karlsten	-,-,-,-,-	-	-	-	-	3	-	2	5
Hans Rullgård	-,-,-,-,-	-	-	-	2	-	-	3	5
Urban Boström	-,-,-,-,-4	-	-	-	-	-	-	-	4
Lars Nordin	-,-,-,-,-1	-	-	-	-	-	-	-	2
Andreas Grunder	-,-,-,-,-	-	-	2	-	-	-	-	2
Calle Darland	-,-,-,-,-	-	-	-	-	-	2	-	2
Bengt Lundberg	-,-,-,-,-	-	-	-	-	-	1	-	1
Johan Rosén	-,-,-,-,-	1	-	-	-	-	-	-	1

Skinkloppet 12 december 2010

Banläggare Håkan bjöd på ett mycket trevligt Skinklopp i minusgrader, sol och snö. Han hade plockat bort det gula från kartan på vissa ställen och sedan bytt färg på allt svart, brunt och blått. Det var riktigt mycket snö också så han hade varit ganska snäll vid banläggningen. Efteråt blev det varm brasa, glöggmys och prisutdelning utomhus. Janne erövrade skinkan genom att förkyld promenera banan runt och ha full kontroll.

Banor: L – 4,8 km M – 4.2 km K – 2,3 km

Skinkloppet	Verklig tid	Gissad tid	Differens
1 Janne Bojling (M)	66:51	68:00	-1:09
2 Ingvar Johannesson (M)	71:51	68:00	+3:51
3 Hans Rullgård (L)	51:48	47:00	+4:48
4 Calle Darland (L)	64:25	57:27	+7:02
5 Jonas Fors (L)	51:20	60:00	-8:38
6 Annika Svensson (L)	52:35	70:00	-17:25
7 Lars Nordin (L)	94:50	75:00	+19:50
8 Mikael Cronhjort (K)	--:--	40:00	Utgått

2010 – Hjortstipendiet

År	Namn	Nr
1980	Håkan Ericsson och budkavlelaget Anders Humla, Hans Hellström, Lars Göran Johannesson, Madeleine Sjögren, Jan Finnström	1
1981	Tage Björklund och Peter Fitger	2
1982	Solveig Humla	3
1983	Aina Lönngren	4
1984	Mats Wallin och Happy Hillmarsdottir	5
1985	Ej utdelad	
1986	Henry Moberg och budkavlelaget Thomas Grunder, Mårten Axelsson, Mats Wallin	6
1987	Ingvar Johannesson	7
1988	Christopher Lindqvist och Madeleine Sjögren	8
1989	Christer Grunder	9
1990	Lars Nordin	10
1991	Ej utdelad	
1992	Ej utdelad	
1993	Tuulikki Gyllensvärd och Anders Boström	11
1994	Anne Rönn och Mattias Svanberg	12
1995	Bengt Lindberg	13
1996	Anders Boström	14
1997	Anders Holmström	15
1998	Madeleine Limpar	16
1999	Markus Korpinen	17
2000	Esa Myllyvaino	18
2001	Madeleine Limpar	19
2002	Kerstin Amnell	20

2003	Gunilla Mared	21
2004	Urban Boström	22
2005	Ingvar Johannesson och Solveig Humla	23
2006	Elisabeth Byberger och Maria Johannesson	24
2007	Johan Karlsten och Ann Karlsten	25
2008	Ej utdelad	
2009	Annika Svensson	26
2010	Ej utdelad	

2010 – Koskällan

År	Koskällan för äldre	Koskällan för yngre
1964	Lars Nordin	
1965	Håkan Grunder	
1966	Gösta Persson	
1967	Eva Johnsson	
1968	Laila Stark	
1969	Christer Grunder	Bengt Lindberg
1970	Bo Davidsson	Kurt Pettersson
1971	Kenneth Gårdh	Johan Karlsten
1972	Ingvar Johannesson	Håkan Eriksson
1973	Claes Meijer	Claes Meijer
1974	Kenneth Gårdh	Eva Johannesson
1975	Håkan Eriksson	Lars Berggren
1976	Jane Humla	Anders Humla
1977	Urban Boström	Jan Finnström
1978	Lars Nordin	Peter Björklund
1979	Peter Björklund	Henrik Widin
1980	Bengt Lindberg	Anders Humla
1981	Ann Persson	Rolf Henningsson
1982	Håkan Eriksson	Madeleine Sjögren
1983	Happy Hilmarsdottir	Mats Wallin
1984	Anders Humla	Fredrik Andersson
1985	Jan Bojling	Patrik Widin
1986	Bengt Wallin	Patric de Boussard
1987	Mona Wallin	Thomas Grunder
1988	Anders Holmström	ej utdelad
1989	ej utdelad	ej utdelad
1990	Aina Lönngrén	Jörgen Lawner
1991	Monica Darland	ej utdelad
1992	Solveig Humla	ej utdelad
1993	Bo Davidsson	Peter Knutsson
1994	Christer Grunder	Tuulikki Gyllensvärd
1995	ej utdelad	ej utdelad
1996	ej utdelad	ej utdelad
1997	Bengt Lindberg	ej utdelad
1998	Esa Myllyvainio	Sara Arenvall
1999	Christer Grunder	Michel Humla
2000	ej utdelad	ej utdelad
2001	Kerstin Amnell	ej utdelad
2002	Runo Edholm	Martin Limpär
2003	Happy Hilmarsdottir	Maria Johannesson
2004	Gunilla Mared	ej utdelad
2005	Urban Boström	Sigrid Lundin
2006	Lars Nordin	ej utdelad
2007	ej utdelad	ej utdelad
2008	ej utdelad	ej utdelad
2009	ej utdelad	ej utdelad
2010	ej utdelad	ej utdelad

Flitligan

Inte helt förvånande var det dessa som tävlade flitigast under 2010.

	Antal tävlingar
Jan Bojling	45
Lars Nordin	40
Annika Svensson	39
Johan Karlsten	29
Elisabeth Byberger	17

Hjortserien 2010

	Poäng
1 Jan Bojling	93
2 Annika Svensson	105
3 Håkan Sjunnestrand	201
4 Lars Nordin	289
5 Johan Karlsten	377
6 Elisabeth Byberger	461
7 Urban Boström	521
8 Monica Darland	557
9 Ingvar Johannesson	710
10 Carl Darland	713
11 Solveig Humla	729
12 Hans Rullgård	764
13 Mikael Cronhjort	839
14 Bo Davidsson	931
15 Viktor Davidsson	972
16 Michel Humla	985
17 Bengt Lundberg	988
18 Runo Edholm	1000
19 Peter Fitger	1013
20 Ann Karlsten	1033
21 Ann-Marie Moberg	1078
22 Tomas Sjöberg	1082
23 Jonas Fors	1099
24 Andreas Grunder	1100
25 Hans Östlund	1125
26 Christer Grunder	1181
27 Michael Sjögren	1200
28 Ulf Byström	1200
29 Åke Lindström	1200

Hjortseriestatistik

7 segrar: Henry Moberg.

6 Segrar: Åke Arnle och Madelene Limpar (Sjögren)

4 Segrar: Lars Pehrson

1939	Birger Mårdh	1966	Åke Arnle	1993	Henry Moberg
1940	Sigge Jakobsson	1967	Christer Grunder	1994	Anders Boström
1941	Sven Lindvall	1968	Åke Arnle	1995	Tuulikki Gyllensvärd
1942	Sven Lindvall	1969	Sture Stark	1996	Anders Boström
1943	Stig Wahlström	1970	Marita Arrestam	1997	Henry Moberg
1944	ingen serie	1971	Bengt Lindberg	1998	Madeleine Limpar
1945	Gunnar Åselid	1972	Åke Arnle	1999	Markus Korpinen
1946	Sven Lindvall	1973	Ingvar Johannesson	2000	Henry Moberg
1947	Sture Stark	1974	Eva Johnsson	2001	Madeleine Limpar
1948	Henry Moberg	1975	Bengt Lindberg	2002	Ann-Mari Moberg
1949	ingen serie	1976	Solveig Humla	2003	Madeleine Limpar
1950	ingen serie	1977	Anders Humla	2004	Urban Boström
1951	ingen serie	1978	Håkan Eriksson (Sjunnestrand)	2005	Henry Moberg
1952	ingen serie	1979	Håkan Eriksson (Sjunnestrand)	2006	Janne Bojling
1953	ingen serie	1980	Madeleine Sjögren (Limpar)	2007	Håkan Sjunnestrand
1954	ingen serie	1981	Mats Wallin	2008	Janne Bojling
1955	ingen serie	1982	Madeleine Sjögren (Limpar)	2009	Annika Svensson
1956	Tage Svensson	1983	Mats Wallin	2010	Janne Bojling
1957	Åke Arnle	1984	Madeleine Sjögren (Limpar)		
1958	Åke Arnle	1985	Mats Wallin		
1959	Lars Pehrsson	1986	Ingvar Johannesson		
1960	Åke Arnle	1987	Solveig Humla		
1961	Lars Pehrsson	1988	Solveig Humla		
1962	Lars Pehrsson	1989	Henry Moberg		
1963	Lars Pehrsson	1990	Henry Moberg		
1964	Laila Stark	1991	Ann-Marie Moberg		
1965	Laila Stark	1992	Anders Boström		



Johan på väg mot mål på Gotlands 3-dagars

Stora märket 2010

	Guld	Silver	Brons	Poäng	Summa 10	tot 1939-2010
Jan Bojling	3	26	10	20	91	1280
Annika Svensson		21	8	13	63	268
Lars Nordin		11	6	4,5	32,5	1068
Urban Boström	2	5		8	24	655,5
Håkan Sjunnestrand	1	4	2	9	22	1029
Elisabeth Byberger		4	3	6	17	102
Monica Darland		4	2	3	13	464
Johan Karlsten		2	4	3,5	11,5	391
Carl Darland		1	2	3	7	51
Ingvar Johannesson			2	4	6	1664
Solveig Humla			3	2	5	1404
Bo Davidsson		1	2	1	5	921
Mikael Cronhjort			1	4	5	40
Runo Edholm				4	4	342
Michel Humla			1	3	4	48,5
Hans Rullgård				3,5	3,5	26,5
Ann-Mari Moberg	1				3	1193
Bengt Lundberg			2	1	3	5
Tomas Sjöberg				2	2	118,5
Andreas Grunder				2	2	51
Viktor Davidsson			1	1	2	5
Peter Fitger				1	1	416
Jonas Fors			1		1	32
Hans Östlund			1		1	1
Ann Karlsten				0,5	0,5	42

SOFT:s tävlingsmärke – Marathontabell 1939 - 2010

	Guld	Silver	Brons	Poäng	Utdelat märke
1 Henry Moberg	208	418	67	1529	Elit 4-71
2 Ingvar Johannesson	48	461	148	1214	Elit 4-92
3 Jan Bojling	33	355	122	931	Elit 4-08
4 Solveig Humla	58	307	132	920	Elit 4-93
5 Åke Arnle	104	235	73	855	Elit 4-72
6 Håkan Sjunnestrand	58	255	56	740	Elit 4-06
7 Bo Davidsson	6	282	130	712	Elit 3-89
8 Lars Nordin	5	226	238	705	Elit 3-84
9 Ann-Marie Moberg	122	137	17	657	Elit 4-01
10 Christer Grunder	3	156	197	518	Elit 3-82
11 Madeleine Limpar	88	105	11	485	Elit 3-01
12 Bengt Lindberg	29	162	51	462	Elit 3-90
13 Urban Boström	23	153	63	454	Elit 3-95
14 Erik Johnsson	20	160	54	434	Elit 3-78
15 Sture Stark	60	74	15	343	Elit 4-70
16 Laila Stark	20	102	42	306	Elit 2-80
17 Monica Darland	5	117	47	296	Elit 3-03
18 Lars Pehrson	30	75	37	277	
19 Eva Johnsson	27	80	30	271	
20 Runo Edholm	1	96	58	253	Elit 3-04
21 Johan Karlsten		88	77	253	Elit 3-10
22 Annika Svensson	3	70	50	249	Guld-07
23 Kerstin Amnell	31	62	23	240	Elit 3-88
24 Peter Fitger	1	76	82	237	Elit 3-04
25 Lars Erik Eriksson		75	68	218	
26 LarsG Johannesson	11	78	17	206	Elit 1-85
27 Tore Samuelsson	3	70	41	190	Elit 3-88
28 Tage Svensson	12	59	29	183	Elit 2-57
29 Anders Holmström	4	71	28	182	Elit 2-99
30 Tuulikki Gyllensvärd	25	46	14	181	Guld-96
31 Kenneth Albertsson	1	63	47	176	Elit 1-83

32 Tedde Pettersson	7	54	44	173	
33 Åke Lindström	4	59	40	170	Elit 3-69
34 Mats Westerberg	6	71	10	170	Elit 2-02
35 Peter Björklund	14	56	13	167	Elit 1-86
36 Sven-Erik Widin		52	55	159	Elit 1-85
37 Esa Myllyvainio	3	68	8	153	Guld-01
38 Happy Arenvall	3	47	41	144	Elit 3-06
39 Dan Klang	9	54	6	141	
40 Elisabeth Brantvall	15	39	7	130	
41 Jörgen Larsen	4	41	36	130	
42 Anders Humla	4	52	13	129	Elit 1-89
43 Gunnar Brantvall	11	41	11	126	Elit 1-81
44 Åke Johansson	7	46	3	116	
45 Sune Johansson	1	45	22	115	
46 Jan Finnström	9	38	8	111	
47 Åke Carlsson	5	33	24	105	
48 Sven Lugnegård		25	54	104	Elit 2-86
49 Elisabeth Byberger		30	25	96	Guld-08
50 Birger Falk	9	23	22	95	
51 Lars Berggren	2	32	22	92	Guld-78
52 Bengt Wallin		32	26	90	Elit 1-88
53 Gunnar Åselid	8	21	22	88	
54 Lars Törnblom	1	26	20	75	
55 Berit Lindunger	5	24	10	73	
56 Alva Falk	5	25	5	70	
57 Claes Meijer	2	23	16	68	Guld-77
58 Tomas Ingemarsson	1	13	39	68	Guld-93
59 Tomas Sjöberg		14	34	62	Silver-66
60 Birger Mårdh	3	21	9	60	
61 Kerstin Falk		19	18	56	
62 Olle Lönnngren		6	44	56	Guld-85
63 Jan Brundell		15	26	56	Guld-91
64 Mats Wallin	6	16	3	53	Guld-90
65 Björn Kärrlander		16	18	50	
66 Gunilla Mared	2	13	18	50	Guld-04
67 Åke Nagrelius		12	25	49	
68 Hans Ljungberg		9	31	49	
69 Bengt Nilsson	1	15	16	49	Guld-90
70 Mats Pihlström		19	11	49	Guld-02
71 Gösta Berg		9	24	42	
72 Rudolf Norrsell		2	38	42	
73 Åke Salomsonsson		14	13	41	
74 Eva Brundell		8	24	40	Guld-83
75 Anders Brännström	1	16	5	40	Guld-97
76 Thomas Grunder	1	14	6	37	Silver-91
77 Dick Nilsson		7	23	37	Silver-83
78 Anita Kärrlander	1	15	3	36	
79 Åke Ogeklint		8	20	36	
80 Kenneth Järfalk		8	20	36	
81 Annica Ingemarsson		10	15	35	Guld-96
82 Aina Lönnngren		12	11	35	Elit 1-88
83 Ulrika Adolfsson	3	9	7	34	Silver-83
84 Görna Winroth		12	10	34	
85 Annita Engström	3	9	5	32	
86 Katarina Adolfsson		12	8	32	Guld-86
87 Nils Croona		5	22	32	
88 Karl-Erik Jonasson	3	9	4	31	
89 Susanne Lindberg		10	11	31	Silver-97
90 Carl Darland		4	22	30	Silver-85
91 Anders Åkerberg		6	18	30	
92 Jane Ekblom		9	12	30	Silver-77
93 Magnus Lindberg	2	8	8	30	Silver 98
94 Germund Skaaret	1	11	4	29	
95 Nils Flodin		6	17	29	
96 Magnus Mared	1	8	9	28	Silver-04
97 Peter Knutsson	1	11	1	26	Silver-96
98 Andreas Grunder		9	8	26	Silver-87
99 Olle Axelsson		11	3	25	Silver-86
100 Leif Jehander		2	21	25	
101 Jonathan Fredriksson	1	5	12	25	Guld-02
102 Gösta Lindunger		6	12	24	
103 Emelie Deboussard		6	10	22	Brons-02
104 Rune Svalstedt	2	5	5	21	
105 Christopher Lindqvist		9	3	21	Brons 88
106 Margot Axelsson		7	7	21	Silver-86
107 Mikael Sjögren		6	9	21	Silver-80

108	Michel Humla		4	13	21	Silver-07
109	Patrik Widin	1	6	5	20	Silver-86
110	Anders Winell	2	4	4	18	
111	Lars Nilsson		6	6	18	
112	Karl-Göran Burlin		5	8	18	
113	Sigrid Lundin	1	5	5	18	Brons-07
114	Ann Karlsten		2	14	18	Silver-83
115	Thomas Lamrell		4	9	17	Silver-90
116	Håkan Grunder			17	17	Brons-64
117	Lars Jakobsson		5	7	17	
118	Tina Klang		1	15	17	Silver-08
119	Jörgen Lawner	1	5	2	15	Silver-91
120	Rolf Henningsson		4	7	15	Silver-84
121	Ove Sundqvist		5	5	15	
122	Jonas Fors		4	7	15	Silver-07
123	Ingvar Persson		1	13	15	
124	Mona Wallin		5	4	14	Silver-87
125	Donald Garphammar		4	6	14	
126	Anders Ekberg			14	14	Brons-81
127	Mikael Cronhjort		1	11	13	Silver-08
128	Henry Wallgren		4	4	12	
129	Britta Levin		4	4	12	Silver-90
130	Fredrik Jansson		1	9	11	Silver-96
131	Maria Johannesson	1	4	0	11	Brons-07
132	Gustav Peyron		3	4	10	Silver-88
133	Yngve Arrestam			10	10	
134	Niklas Lönnell		1	7	9	Silver-88
135	Kurt Pettersson			9	9	Brons-78
136	Maria Wallin	1	3		9	Silver-82
137	Marko Laine		4	1	9	Brons-84
138	Henrik Widin		3	3	9	Silver-83
139	Andreas Byström		1	7	9	Silver-03
140	Kurt Tysklind		1	6	8	
141	Johan Rosén		3	2	8	Silver-04
142	Niklas Ersson		2	4	8	Silver-07
143	Mattias Svanberg		2	3	7	Silver-97
144	Ann-Britt Blom		3	1	7	
145	Åke Lind		1	5	7	
146	Daniel Byström		2	3	7	Brons-00
147	Jakob Tengvald			7	7	Brons-05
148	Hans Rullgård		1	5	7	Silver-09
149	Anders Nihlén		1	4	6	
150	Susanna Holmström			6	6	Brons-91
151	Bengt Eriksson			5	5	Brons-86
152	Bengt Lawner			5	5	Brons-86
153	Ylva Axelsson		1	3	5	Brons-84
154	Agneta Finnström		2	1	5	
155	Lennart Sjöberg			5	5	
156	Birger Karlsson		2	1	5	
157	Leif Carlsson			5	5	
158	Ann-Marie Offrell			5	5	
159	H Edvinsson		2	1	5	
160	Lisbeth Karlsson			5	5	
161	Petter Sjunnestrand		2	1	5	Silver-05
162	Henric Karlsson		1	3	5	
163	Håkan Aleblad		2		4	Silver-89
164	Catrin Sterner		2		4	Brons-91
165	Börje Johansson		1	2	4	
166	Anders Palm			4	4	Brons-91
167	Stig Holmkvist			4	4	
168	Boris Pehrson			4	4	
169	Birger Andersson			4	4	
170	Ulf Klevenfeldt			4	4	
171	Carina Edholm			4	4	
172	Hans Hellström		1	1	3	
173	Lennart Larsson		1	1	3	
174	Åke Löfman		1	1	3	
175	Henry Spovin		1	1	3	
176	K Johansson		1	1	3	
177	Lars Wigforss			3	3	
178	Kent Marcus			3	3	
179	Birgitta Wadman			3	3	
180	Per Olof Berler			3	3	
181	Mats Qviding			3	3	
182	Jan Larsson			3	3	
183	Jan Korpinen			3	3	Brons-97

184 Leif Sterner nr 2		3	3	Brons-99
185 Solrun Gotteberg		3	3	Brons-05
186 Helen Karlsson		3	3	Brons-07
187 Peter Eriksson	1		2	Brons-86
188 Marie Louise Westerberg		2	2	Brons-97
189 Irene Lawner		2	2	Brons-89
190 Matz Stolt		2	2	
191 John Eriksson		2	2	
192 Börje Wikström		2	2	
193 Lars Englund		2	2	
194 Stig Svensson		2	2	
195 Tomas Åhlén		2	2	
196 Mikael Prenler		2	2	
197 Gösta Persson		2	2	
198 Håkan Hallberg		2	2	
199 Bengt Helander		2	2	
200 Sune Lind		2	2	
201 Stefan Lilland		2	2	
202 Bengt Lundberg		2	2	Brons-10
203 Claes Bjurström		1	1	Brons-95
204 Rolf Knutsson		1	1	Brons-91
205 Göran Andersson		1	1	Brons-81
206 Sven-Erik Humla		1	1	Brons-76
207 Ingrid Niska		1	1	
208 Bengt Johansson		1	1	
209 Tommy Sternervik		1	1	
210 Bengt Birgerson		1	1	
211 Ove Grabein		1	1	
212 Bo Furén		1	1	
213 Bo Forssell		1	1	
214 Anna-Lisa Stark		1	1	
215 Ingrid Dahner		1	1	
216 Monika Hellberg		1	1	
217 Leif Sterner nr 1		1	1	Brons-95
218 Cecilia Burman		1	1	Brons-91
219 Torkel Wadman		1	1	Brons-77
220 Mats Jensen-Urstad		1	1	
221 Nils Byström		1	1	
222 Christina Åslin		1	1	
223 Per Olof Östman		1	1	
224 Gunnar Blom		1	1	
225 Astrid Grabein		1	1	
226 Kurt Karlsson		1	1	
227 Kurt Kisslig		1	1	
228 Tore Svensson		1	1	
229 A Kullander		1	1	
230 Annika Eilert		1	1	
231 Magdalena Grunder		1	1	Brons-02
232 Sara Arenvall		1	1	Brons-05
233 Mikael Eriksson		1	1	Brons-06
234 Veronika Crispin		1	1	Brons-07
235 Josefine Chiacchiero	1		1	Brons-09
236 Viktor Davidsson		1	1	Brons-10
237 Hans Östlund		1	1	Brons-10

De med fet stil är kvar i klubben.



Danne och Tina

Verksamhetsberättelse för Solna Orienteringsklubb för tiden 2010-01-01 – 2010-12-31

Styrelsen för Solna Orienteringsklubb får härmed avgiva följande verksamhetsberättelse för det sjuttioandra verksamhetsåret.

Styrelsen

Styrelsen har under 2010 bestått av:

Ordförande	Håkan Sjunnestrand
Sekreterare	Lars Nordin
Kassör	Bo Davidsson
vice Ordförande	Kerstin Amnell
vice Sekreterare	Bengt Lundberg
vice Kassör	Hans Rullgård
Ledamot och Hedersordförande	Christer Grunder

Klubbens revisorer har varit Johan Karlsten och Jan Bojling med Runo Edholm som suppleant.

Medlemskap i andra organisationer

Klubben har under året varit ansluten till följande organisationer:

StOF	Stockholms Orienteringsförbund
StSF	Stockholms Skidförbund
StFF	Stockholms Friidrottsförbund
SOFT	Svenska Orienteringsförbundet
SFF	Svenska Skidförbundet
SMI	Sveriges Militäridrotts- och Mångkampsförbund
SFF	Svenska Friidrottsförbundet
SMÅ	Solna Småklubbar och genom denna sammanslutning även medlem i Riksettans Bingoallians
	Aktieägare i Sporthallen i Solna AB
SAM	Solna Idrottsföreningars Samorganisation Norrkartor
STF	Svenska Turistföreningen

Från klubben har till nämnda organisationer varit knutna:

SAM Christer Grunder, kassör i styrelsen
SMÅ Christer Grunder, ordförande i styrelsen
StOF Christer Grunder, revisor

Stockholms Skogskarlar Christer Grunder, talman

Styrelsens verksamhet

Styrelsen har under året avhållit 6 styrelsemöten, alla protokollförda. Dessutom har fortlöpande ärenden behandlats via mail och vid olika tränings- och tävlingstillfällen. Styrelsen har planerat tävlingsprogrammet samt klubbens ekonomi och skött korrespondensen. Dessutom har 3 planeringsmöten hållits för att planera upp årets aktiviteter.

Egna arrangemang

Solna OK arrangerade Ungdomsserien 11/5 vid Bergshamra IP med Solveig Humla som banläggare (även 10/5). Det var 82 anmälda och 64 startande ungdomar.

På uppdrag av Stockholms OF arrangerade Solna OK Motions-OL inom Naturpassets ram. Tävlingarna hölls 10/5 och 25/8. Den 25/8 var Monica och Calle Darland banläggare. Alla arrangemangen fungerade bra med god hjälp av klubbens medlemmar.

Vid Stockholm Marathon 5/6 2010 deltog 25 st av klubbens medlemmar som funktionärer. Vi fick bevaka vägavspärningar m.m. ute på Djurgården.

Träningsverksamheten

Vinter och vår

Under vintern deltog vi i träning söder om stan, Vinterserien och Luffarligan. Teknikträning har genomförts på måndagar under våren från olika platser i Solna.

Sommar och höst

Flera medlemmar deltog i Luffarligan och Sommarserien. Teknikträning har genomförts på måndagar under hösten från olika platser i Solna.

Läger

13-15 juli deltog 7 st på Gotlands 3-dagars.

22-23 oktober deltog 10 st på tävlingar på Gotland.

Tävlingsverksamheten

Vinter

Skid-OL-KM avgjordes på Bromma VSOKs skid-OL vid Grimsta. Håkan Sjunnestrand segrade. KM i Spåräkning kördes vid Ursvik 31/1 och Urban Boström blev klubbmästare.

Vår

Under våren fick klubben flera fina placeringar.

Jan Bojling	H65	Lunds OK	7	Sprint-DM	4
		Roslagen	4		
		Uppsala natt	7	Uppsala medel	9
		Söderhamn E1	3	Söderhamn E2	6
		Söderhamn E3	5	Ravinen	10
Lars Nordin	H65	Södertörn	9		
Urban Bostöm	H60	Snättringe	6		
Håkan Sjunnestrand	H55	Ravinen	10	Skogsluffarna	9
Annika Svensson	D45	Sprint-DM	5	Skogsluffarna	9
		Uvtrampen	2		
		Sundsvall-1	5	Sundsvall-2	3
Ann-Mari Moberg	D80	Södertörn	2		

KORT-KM har körts vid Haninge SOK:s klubbstuga den 27 maj. Klubbmästare blev: H70 Runo Edholm, H65 Jan Bojling, H55 Håkan Sjunnestrand, HD45 Mikael Cronhjort, D50 Monica Darland.

DAG-KM har körts 15/6 vid Ytterby, Rotebro. Klubbmästare blev:

H21 Mikael Cronhjort, H55 Håkan Sjunnestrand, D45 Annika Svensson, H60 Tomas Sjöberg, H65 Jan Bojling, H70 Runo Edholm.

Sommar

Annika Svensson vann totalt i D45 på Ravinens 3-kvällars. Hon vann stort på etapp1. Elisabeth Byberger blev 2:a totalt i D55.

På Gotlands 3-dagars kom Jan Bojling 4:a i H65 efter en bra spurt på E3.

Vid O-ringen i Närke kom Lars Nordin 4:a i H65M. Håkan Sjunnestrand gjorde ett Guld-lopp i H55K och kom 10:a.

Höst

Även under hösten fick vi flera fina placeringar.

Jan Bojling	H65	Stigfinn-natt 3	OK Måsen 3
		OK Rodhen 6	Öppen RM-natt 5
		Långhundra-1 6	Långhundra-2 10
		DM-natt 5	Haninge natt 3
		Borås E1 6	Borås E2 8
		Borås E3 10	Stockenfejden 1
Lars Nordin	H65	Sigtuna OK 9	Långhundra-1 8
		Älvsjö-Örby 8	
Urban Boström	H60	Sigtuna OK 8	Attunda 4
		Långhundra-1 2	Älvsjö-Örby 9
Annika Svensson	D45	Hellas medel 8	Hellas lång 5
		Bromma 4	Österåker 9
		Södertälje 7	
		Gotland E1 9	Gotland E2 7
Ann-Mari Moberg	D80	Medel-DM 3	
Solveig Humla	D70	Sigtuna 3	
Elisabeth Byberger	D55	Hellas 4	Bromma 5

Sprint-KM avgjordes 19/8 i Barkaby. Banläggare Järfälla OK.

Klubbmästare blev: HD21 Hans Rullgård, H40 Andreas Grunder, H55 Håkan Sjunnestrand, H60 Urban Boström, H65 Jan Bojling, HD70 Ingvar Johannesson, D55 Elisabeth Byberger.

Natt-KM kördes i Hammarby Sjästad 17/9 på OK Ravinens ungdomsnatt. Segrare blev: H45 Håkan Sjunnestrand, H65 Jan Bojling, D45 Annika Svensson.

Barometerloppet kördes vid Granskog 17/10 med Ulf Radler, Järfälla OK som banläggare.

Barometerloppet vanns av Håkan Sjunnestrand.

Termometerloppet vanns av Jan Bojling.

Dambarometeren vanns av Annika Svensson.

Klubben deltog i 25-mannakavlen.

Vi tvingades utgå på sträcka 7. 3 löpare deltog i omstarten. Flera fina lopp gjordes bla. av Henric Karlsson 1:a, Urban Boström 6:e, Jonas Fors 25:e.

Skinkloppet ordnades på ett utmärkt sätt av Håkan Sjunnestrand vid Ursvik 12/12 med 8 deltagare. Jan Bojling vann skinkan.

ARBETSGRUPPEN FÖR "REKRYTERING UNGDOM TÄVLING TRÄNING"

Den nybildade "RUTT-gruppen" arrangerade flera tävlingar och träningar under 2010. 10 maj ordnades Skol-OL för Bagartorpsskolan vid Bergshamra IP. På kvällen arrangerades Motions-OL vid Bergshamra med 27 startande. 11 maj kördes Ungdomsserien vid Bergshamra med 64 startande. Sedan kördes träning för ungdom och äldre 4 måndagar vid Bergshamra och vid Koppartälten i Hagaparken.

På hösten ordnade RUTT-gruppen Motions-OL vid Bergshamra 25/8. 9 startande (regn). Sedan kördes träning för ungdom och äldre 5 måndagar vid Bergshamra, Hagaparken, Ursvik och Råstaparkhallen.

Några ungdomar deltog på måndagsträningarna med "skuggor". Vid Nordcupen för Ungdom på lördagar i november så deltog 4 ungdomar från Solna OK i klassen U1. Bäst lyckades Emma Engleryd-Lopes som blev sammanlagd 10:a.

Skolverksamhet – idrottslyftet

Under året har fyra skolaktiviteter genomförts. I maj, i samband med klubbens motionsorientering, arrangerades temadag vid Bergshamra IP för Bagartorpsskolan klass 5-9. Klassisk orientering, 170 deltagare.

Hösten inleddes i augusti med Bagartorpsskolans idrottsvecka, en "prova på aktivitet", som återkommer varje år. Deltagande klasser: 5-9. Vi erbjöd klassiska banor vid Ursvik. Gemensam start klassvis för att öka tävlingskänslan provades och resultatet var positivt, 165 deltagare.

I september arrangerades temadag för Alfaskolan klasserna 5-9. Klassiska banor och ol-teori erbjöds. 216 deltagare.

En miniorientering inomhus har genomförts i Bagartorps gymnastikhall för två klasser 4, 32 deltagare.

Samtliga skolarrangemang under året har genomförts med Sportident stämplingssystem. För höstens aktiviteter har medel sökts från Idrottslyftet, nätverket i Solna.

Arbetsgruppen för kartor

Fortsatt försäljning av våra lokala stadsdelskartor. Under året har ett arbete gjorts för att skapa en träningskarta i området runt Råstasjön genom hopslagning av flera kartor. Arbetet beräknas slutföras under 2011.

Kartprojektet med skolkartor har försenats pga projektledarens sjukdom. Klubben har fått dispens av StOF till hösten 2011 med att redovisa projektets budget.

Priser och utmärkelser

Hjortserien	Jan Bojling
Koskällan för äldre	Ej utdelad

SOFTs TÄVLINGSMÄRKEN

BRONS	Bengt Lundberg
BRONS	Victor Davidsson
BRONS	Hans Östberg
ELIT 3	Johan Karlsten

KLUBBENS TÄVLINGSMÄRKEN

Stora Märket	Elisabeth Byberger
Elit 1	Annika Svensson

Fester

Årsfesten hölls 27/11 2010 i restaurang Backstugan i Filmstaden med 22 deltagare.

Utbildning

Utbildning i tidsregistreringssystemet Sport-ident har hållits som en studiecirkel. Praktik har körts vid KM och Motions-OL.

Medlemsinformation

Årsskriften Hjorten 2009 utkom i april 2010 med Annika Svensson, Tina Klang och Dan Klang som redaktörer. Jubileumsskriften Hjorten 1939-2009 utkom i april 2010. Den har redigerats av Solveig Humla och Michel Humla. Båda skrifterna har publicerats på klubbens hemsida. Hemsidan har skötts av Håkan Sjunnestrand som webmaster. Hjortinfo har kommit ut med 6 nummer under året. I övrigt har viktig information lagts ut på hemsidan.

Bingo

Bingon har under året 2010 haft minskande omsättning och utdelning. Beroende på för litet underlag i form av LOKAK-aktiviteter och medlemmar i bidragsberättigad ålder kommer vi inte att få del i Bingoverksamheten 2011. Vi kan sannolikt återkomma när vi ökat vår ungdomsverksamhet.

Ekonomi

Beträffande klubbens ekonomi hänvisas till separat förvaltningsberättelse.

Slutord

Med förhoppning om förändring inledde vi 2010 med att organisera om klubben. Under våren och sommaren grusades våra förhoppningar kanske för att vi slarvat med att bestämma hur vi skulle få allt att fungera, men också för att flera av nyckelpersonerna drabbades av ohälsa och andra personliga problem.

Det har tyvärr varit märkligt svårt att locka ut våra löpare på de större tävlingarna. På våra klubbmästerskap som alla arrangerats på vardagkvällar har det dock varit betydligt trängre på startlinjen.

Så uppdraget inför år 2011 är väldigt klart och tydligt. Nystart, omstart, fler till start och förstås DM. Helgen 27-28 augusti arrangerar vi DM i klassisk distans och medeldistans tillsammans med Vaxholms OK. Där behöver vi alla vara med och göra dessa tävlingar till ett riktigt bra arrangemang. Vi i Solna är huvudansvariga för DM klassisk (långdistans) den 27 augusti. Vi syns.

Avslutningsvis vill vi tacka Solna stad och andra myndigheter, som på olika sätt stöttat vår verksamhet. Och förstås ett varmt tack till alla medlemmar som ställt upp och hjälpt till under året.

Håkan Sjunnestrand

Bo Davidsson

Lars Nordin

Kerstin Amnell

Bengt Lundberg

Hans Rullgård

Christer Grunder



Monica går i mål på Gotlands 3-dagars



Sommarkväll på Gotland



Solna Orienteringsklubb
Ankdammsgatan 46
171 67 Solna

solnaok.wordpress.com