



Ordföraren har ordet

Så är både klubbens och SKOF:s årsmöte avklarat. Klubbens deltagning i Vintercupen likaså. Samtidigt pågår planeringen för vår tävling den 24 mars. Har du inte någon uppgift, så hör gärna av dig till Nils-Erik B., han uppskattar det alldeles säkert.

I övrigt pågår diskussioner om nya kartor i styrelsen, det har ju kommit ny teknik som gör det enklare att få fram bra material. Nästa år har klubben fått i uppgift att arrangera DM i Ultralång, och då kan det nog behövas nya kartor.

Som ordförande kan jag konstatera, att mycket av klubbens verksamhet går med en form av automatik, tack vare klubbmedlemmarnas arbete i det tysta. En eloge till alla ER!

Snart börjar de "riktiga" tävlingarna, och då hoppas jag att vi ses så många som möjligt.

Göran Lassing.



Datum att lägga på minnet

TRIM börjar 25/3

Cykel-OL - 4/5.

Vårtävling på Slingan - 11/5.

Höstitävling på Slingan - 5/10.

Klubbmästerskap OL - 12/10.

En datum att också lägga på minnet är 6-7 juli då TJOGET! genomförs. I år är ambitionen att Frosta OK skall ha ett EGET lag. Håll almanackan ren och ställ upp!

Frostingar -tag chansen att besöka en orienteringstävling

Orienteringsvänner, gamla såväl som nya medlemmar och även ni gamla medlemmar som inte varit ute på en tävling på många år.

Söndagen den 24 mars arrangerar Frosta OK en tävling på gångavstånd från Hörby centrum, med Nils-Erik B som tävlingschef. Tävlingen börjar 10:00.

Tävlingscentrat ligger norr om de nya villorna på Ekeboda, intill Uggleborgsvägen, 500 meter innan Lyckebo.

Ni är välkomna att ge oss funktionärer glada tillrop och kanske en hjälpende hand, eller kanske bara köpa en fika eller korv i markan hos Britta och Anita.

Starten kommer att ligga på torget i Karnas backe, där ni kan kolla hur starten funkar idag med elektronik.

De tävlande kommer att springa i skogarna i Karnas motionsområde och i skogen runt om soptippen i Stavröd.

Har ni kanske lust att gå eller springa en bana så gå till Susanne G i Öppna klasser tältet och få en biljett. Gå sedan till starten där du får en karta av Hans eller Rune och hjälp att komma igång. Som medlem i Frosta OK kostar det dig ingenting.

V Ä L K O M N A !



Bild lånad från oringen.se

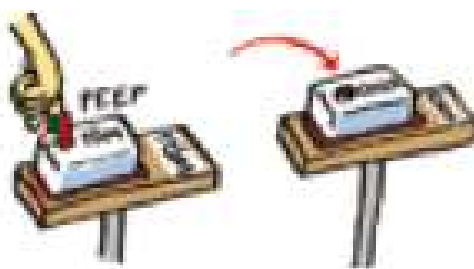


Bild lånad från oringen.se

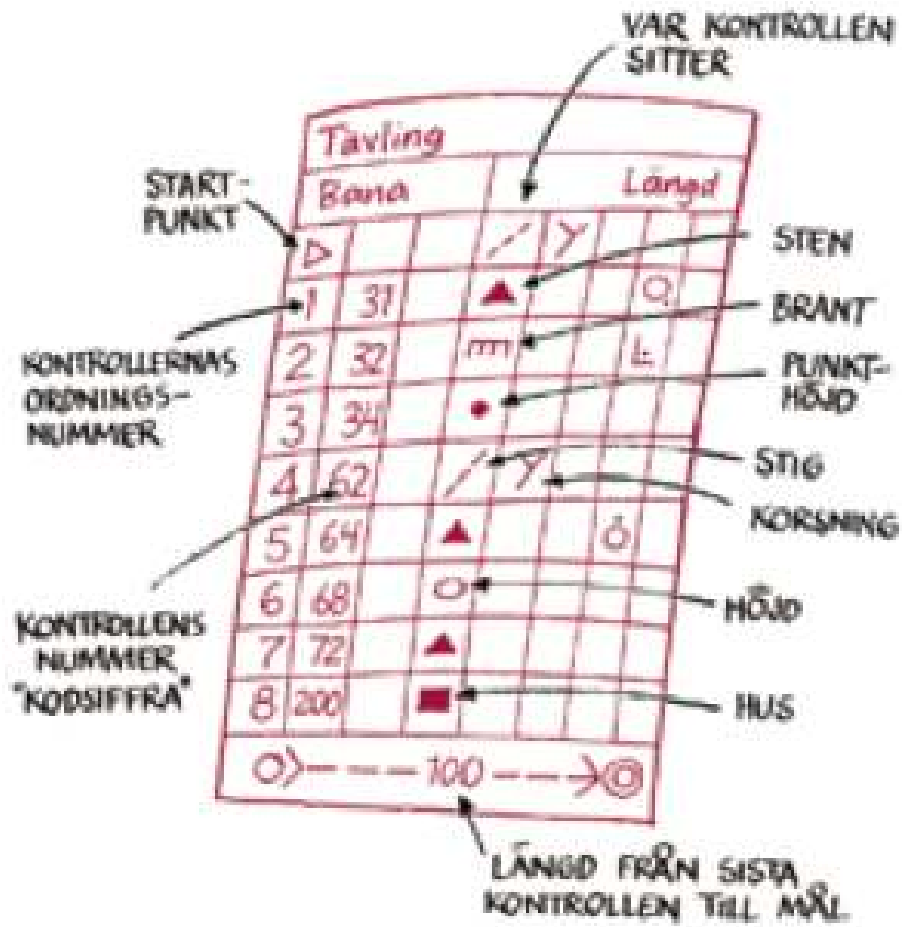


Bild lånad från oringen.se

Har ni önskemål på vad klubben skall hitta på under året?

Har ni några önskemål om vad klubben skall hitta på i år? Tycker ni att det är dags att arrangera en nybörjarkurs eller kanske en ”nystartskurs” för de som ej varit med på några år? Har ni kanske funderat på det här med GPS eller ny pannlampa och behöver lite stöd inför inköpet?

Tveka inte att höra av er med era funderingar till någon aktiv i klubben så skall vi göra vårt bästa för att se till att era önskningar blir uppfyllda.

Cykelorientering 4:e maj

Även i år skall vi försöka fixa till en cykel OL i Hörbys omgivning. Det blir efter det gamla konceptet med en cykeltur på eftermiddagen och sedan samkväm med någon provningsverksamhet på Lyckebo. Lördagen den 4 maj 2013 15.00 är inbokat för detta.

Då vi gärna vill veta hur många som kommer och att vår klubblokal har en maxgräns ser vi gärna att ni anmäler intresse till undertecknade.

Rune Nilsson

0705 590178

janrunenilsson@msn.com

Lars Berg

0703 480153

lars.h.berg@home.se



Årsmöte för Frosta Ok på Lyckebo 20130204

1. Ordförande Göran Lassing hälsar de knappt 20 medlemmar som slutit upp välkomna och förklarar mötet öppnat.
2. Mötet förklaras utlyst i behörig ordning. Dagordning har lämnats till de närvarande. Kallelse har skett via tidning, mail samt sms.
3. Till ordförande för mötet valdes Göran Lassing samt till att sköta dagens protokoll valdes Susanne Göransson.
4. Leif Karlsson samt Leif Sandgren valdes att justera årsmötesprotokollet samt att agera som rösträknare.
5. Frosta Ok verksamhetsberättelse för 2012 föredrogs av ordförande. Mötet godkände verksamhetsberättelsen. Detsamma gällde den ekonomiska redogörelse som i Rune Nilssons frånvaro Bertil Gunnarsson stod för även denna godkändes av mötet.
6. Revisionsberättelsen lästes upp och godkändes för 2012.
7. Styrelsen beviljades ansvarsfrihet för år 2012, den tid revisionen avser.
8. Val av ordförande för 1 år omval Göran Lassing.
Val av sekreterare 2 år omval Susanne Göransson. Övriga ledamöter kvarstår.
Val av styrelsesuppleanter för 1 år omval på Lars Berg samt Magnus Rörstam.
9. Val till de olika sektionerna se bilaga.
10. Val av valberedning. Årsmötet föreslår omval av Britta Frank sammankallande samt Bertil Gunnarsson samt 1 vakans.
11. Val av revisorer samt revivisorsuppleant. Omval Kenneth Stenberg och Rolf Persson som suppleant. Hans Frank kvarstår.
12. 2013 års verksamhetsplan föredrogs av ordförande och godkändes av mötet.
13. Medlemsavgifterna för året är oförändrade.. Se bilaga
14. Startavgifterna 2013 samma regler som under 2012 beslutades gälla även detta år. Se bilaga Dock med tillägg ang motionslopp.
15. Resesättning för 2013 föreslås att följa skatteverkets rekommendationer och mötet beslutar detta.
16. Inga motioner har inkommit till årsmötet.
17. Övriga frågor
Nils-Erik informerade angående 2013 där planeringen ligger väl framme.
Åke Westerlund informerade angående förändringar i bla markering på skåneleden framöver.
Återigen efterfrågade ny skallgångskedja och nytt medlemsregister i papperform.

Även jurlistan behöver bli synlig i pappersform. Något för styrelsen att titta på under våren.

Under 2013 firar Frosta ok 50 år och en festkommitte med Inger Lindholm, Pia-Maria Bondesson, Viveka Lassing samt Anna Bjärby bildades. De arbetar ut ett förslag och ett äskar sedan pengar av styrelsens.

Anna Bjärby informerade om en kurs som vänder sig till barn som nu vill testa mötet ställde sig positiva till detta.

Mötet avslutades och ordförande tackade de som närvarat. Viveka bjöd på goda semlor och detta blir en bra tradition framöver.

Bilaga 1 till årsmötets protokoll

Ordförande: Göran Lassing

Kassör: Rune Nilsson

Sekreterare: Susanne Göransson

Styrelseledamöter sammankallande i resp sektioner

Styrelsesuppleanter: Lars Berg, Magnus Rörstam

Ungdomskontakt :

Viveka Lassing

Tekniska sektionen:

Bengt-Ingvar Nilsson sammankallande

Bengt Åberg

Bengt-Åke Nilsson

Börje Andersson

Sven-Erik Persson

Eva Åberg

Åke Westerlund Skåneleden

Marknadsloppssektionen:

Nils-Erik Bondesson sammankallande

Magnus Rörstam



Bertil Gunnarsson kassör

Träning och tävlingssektionen:

Nils-Erik Bondesson sammankallande

Mikael Nilsson

Leif Sandgren

Leif Karlsson Trim

Lars Berg

IT sektionen

Janne Lindholm sammankallande

Mikael Persson

Anna Sjö

Per-Olof Bondesson

Kretsen

Bengt Nilsson

Leif Karlsson

Statistikansvarig:

Vakant

Redaktör Frostabladet:

Jill och Magnus Rörstam

Distribution Frostabladet:

Rolf Nilsson

Valberedning:

Britta Frank sammankallande

Bertil Gunnarsson

vakant

Revisorer:

Kenneth Stenberg

Hans Frank

Rolf Persson suppleant

Tävlingsplanering- orientering den 23:e Mars

Nu återstår det snart mindre än 2 veckor till Frosta Oks arrangemang av orienteringstävling inom Hörbys östra del av samhället alltså där klubbstugan finns. För att genomföra tävlingen behövs funktionärer för tävlingsdagen men även till en del förberedelser av tävlingen.

Banorna är klara. Några justeringar kan bli aktuella om bankontrollanten har synpunkter på någon kontroll.

Två saker kommer att påverka oss när det gäller tävlingsbanorna. En är att starten är på Karnas backe och korpen har sin söndagstipsbingo samtidigt. En annan är att Hörby motorklubb håller rally samtidigt med bl.a. specialsträcka på soptippen. Detta påverkar så att vägen ned till soptippen kommer att passeras på längden av rallyförare (dock inte i tävlingsfart) medan ett antal banor korsar samma väg i tävlingsfart.

Till detta ska en inbjudan gå ut till kommunens invånare som inte är med i orienteringsrörelsen att prova på en bana som inte ingår i den ordinarie tävlingen.

För genomförandet av detta arrangemang gäller följande tider:

Måndag 4 mars kl. 18:00 – 21:00 Möte på klubbstugan

Funktionärsgenomgång och allmän information med synpunkter

Lördag 9 mars kl 14:00 Möte på klubbstugan

Genomgång av TC och start

Torsdag 14 mars kl 18:00 – 21:00 Möte på klubbstugan

Skapande av tävlingskartan för tryckning utskrifter av kontrollangivelser

Måndag 18 mars kl 18:00 – 21:00 Möte på klubbstugan

Anmälningmottagning, lottning av klasserna, startlistor publiceras

Beställning av kartor

Tisdag 19 mars kl 18:00 – 21:00 Möte på klubbstugan

Transport av utrustning till TC

Onsdag 20 mars kl 18:00 – 21:00 Möte på TC

Uppbyggnad av TC

Torsdag 21 mars kl 18:00 – 21:00 Möte på klubbstugan

Sortering av kartor och kontrollangivelser

Lördag 23 mars kl 14:00 Möte på klubbstugan

Efteranmälningar läggs in i tävlingen och slutlig startlista skrivs ut

Söndag 24 mars kl 08:00 – ca 17:00 Tävlingsdag

Efter tävlingens slut hjälps vi alla åt med återställningen och när allt är på plats

så samlas vi på klubbstugan för avslut av tävlingen

Utöver dessa tider så kommer det att tillkomma uppgifter som måste göras

Medlems- och startavgifter 2013

Medlemsavgifter

Tävlande -20 år	100 kr
Tävlande 21 år-	200 kr
Familjeavgift	400 kr
Icke tävlande vuxen	100 kr

Startavgifter 2013

Klubben står för hela ordinarie startavgiften.

Klubben betalar helt ev. Hyra av Emit-bricka

Klubben står inte för hyra av Sportident bricka, då denna finns att rekvirera från klubben mot en dep. Avg på 50 kr.

Varje enskild medlem, ungdomar undantagna, får själv stå för den extra kostnad som tillkommer p.g.a. sen anmälan och hela startavgiften i de tävlingar man anmält sig till, men inte ställt upp i, oberoende av skälet till att man uteblivit från tävlingen.

Ungdomar -16 år tävlar helt utan kostnad.

Klubben står även för del av startavgiften i motionslopp, belopp utgår med samma belopp som en start i en orientering kostar. Kravet är dock att man springer för Frosta ok och att det syns i startlista och resultatlista.



-inte att betala medlemsavgiften

Hewlett-Packard

UAdressrad 1 för Företag 1
Adressrad 2
Adressrad 3
Telefon: 00-00 00 00
Fax: 00-00 00 00
E-post: namn@example.com

Har ni frågor eller något som skall med i nästa Frostablad?
Kontakta redaktionen på adressen:
Magnus.Rorstam@gmail.com

Webbsida

www3.idrottonline.se/FrostaOK-Orientering/

eller

Www.frostaok.nu

”Orientering är självvald väg i okänd mark, tankens skärpa vid kroppslig möda, snabba beslut under spännande tävling.”

Vinterorientering i Fulltofta

Den 24 februari arrangerades vintercup i Kvarröd med gott resultat. Många vårsugna hade tagit sig ut i skogen och hoppades på ett grönt underlag men möttes istället av en decimeter snö. Minerna var glada ändå och alla såg nöjda och trötta ut efter avslutat lopp.

