

# Frosta OK

## 2006



# Årsmöte Frosta OK 11 februari 2007

## Dagordning

- §1 Mötets öppnande
- §2 Mötets behöriga utlysande
- §3 Val av ordförande och sekreterare för mötet
- §4 Val av två justeringsmän och tillika rösträknare
- §5 Verksamhetsberättelse för 2006
- §6 Revisorernas berättelse
- §7 Ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser
- §8 Val av Ordförande för 1 år  
Val av Kassör för 2 år (vald 2006, kvarstår)  
Val av Sekreterare för 2 år  
Val av 2 suppleanter för 1 år
- §9 Val till Tekniska sektionen  
Val till Tävlingssektionen  
Val till Träningssektionen  
Val till Ungdomssektionen  
Val till Marknadsloppssektionen inklusive PR och Sponsring  
Val till IT-sektionen  
Val av statistikansvarig  
Val av utbildningsansvarig  
Val av redaktör Frostabladet  
Val av distributör Frostabladet
- §10 Val av Valberedning
- §11 Val av Revisorer
- §12 Verksamhetsplan för 2007
- §13 Medlemsavgifter för 2007
- §14 Startavgifter för 2007
- §15 Motioner
- §16 Reseersättning för 2007
- §17 Övriga frågor
- §18 Mötets avslutande

# Frosta OK:s styrelse och sektioner 2006

## STYRELSE:

Ordförande: Fredrik Lundquist  
Sekreterare: Inger Lindholm  
Kassör: Rune Nilsson  
Ledamöter: Pia-Maria Bondesson, vice sekr.  
Nils-Erik Bondesson, vice ordf.  
Gunnar Lundquist  
Bengt Åberg  
Janne Lindholm  
Suppleanter: Linda Gustafsson  
Lars Berg

## TEKNISKA SEKTIONEN:

Sammanställande: Bengt Åberg  
Bengt-Åke Nilsson  
Börje Andersson  
Sven-Erik Persson  
Eva Åberg  
Åke Westerlund – Skåneleden

## UNGDOMSSEKTIONEN:

Sammanställande: Pia-Maria Bondesson  
Linda Gustafsson  
Håkan Johansson  
Ingrid Olsson  
Andreas Ekblad  
Eva Gustafsson  
Mikael Lundquist  
Per-Olof Bondesson  
Torgil Lassing  
Mia Nilsson  
Elin Jacobsson  
Ambjörn Lassing

## TRÄNING- och TÄVLINGSSEKTIONEN:

Sammanställande: Nils-Erik Bondesson  
Susanne Göransson  
Leif Sandgren  
Leif Karlsson  
Lars Berg  
Stefan L Nilsson – Trim  
Bertil Johansson – Trim  
Per Fresk – Trim  
Börje Åkesson – Trim  
Göran Lassing – U-Cup  
Karin Modig

## MARKNADSLOPPSSEKTIONEN:

Sammanställande: Gunnar Lundquist  
Gert Nilsson  
Nils-Erik Bondesson  
Kassör: Viveka Lassing

## IT-SEKTIONEN:

Sammanställande: Janne Lindholm  
Anna Sjö  
Mikael Persson

## REDAKTÖR FROSTABLADET:

Linda Gustafsson

## DISTRIBUTION FROSTABLADET:

Rolf Nilsson

## STATISTIKANSVARIGA:

Eva-Lena Bondesson  
Conny Blixt

## UTBILDNINGSANSVARIG:

Eva-Lena Bondesson

## VALBEREDNING:

Sammanställande: Göran Lassing  
Bertil Gunnarsson  
Britta Frank

## REVISORER:

Kenneth Stenberg  
Ingrid Harrysson  
Suppleant: Rolf Persson

# Verksamhetsberättelser för 2006

## Styrelsen för Frosta OK

Har sedan årsmötet 2006-02-05 haft

- 1 konstituerande årsmöte, på Lyckebo
- 6 ordinarie styrelsemöten, på Lyckebo
- 1 allmänt medlemsmöte, på Lyckebo, med arbetsdag i och kring klubbstugan
- 1 allmänt medlemsmöte, på Lyckebo, med utvärdering av Marknadsloppet 2006
- 1 informellt medlemsmöte, på Lyckebo, med Dartmästerskap
- 1 informellt medlemsmöte, med expertledd tur längs en del av Skåneleden
- samt 1 informellt medlemsmöte/träningsavslutning på julsinkelöpet, på Lyckebo, med glögg, julskinkeutlottning och julklappsbyte

*Styrelsen tackar för förtroendet  
Inger Lindholm, sekreterare, 2007-01-25*

## Ungdomssektionen

Under året så tävlades det flitigt bland ungdomarna. Vi kom tvåa i ungdomsseriens division 3 och flyttas därmed upp en division. Vi hade även ett lag med i ungdomens 7-manna, och fastän vi inte fick någon placering så är vi nöjda med ungdomarnas insatser.

Under tisdagskvällarna har vi haft träningar ute i skogen, när det varit tillräckligt ljust och det inte varit alltför mycket snö, Karnas backe och på Lyckebo. Träningsinnehållet har blandats mellan orienteringsträning, löpträning och teori.

Vi har haft två läger under året. I våras var vi i OK Gynges klubbstuga i Osby. Som en upptakt efter sommaren var vi i en scoutstuga vid Ringsjön. Förutom bad och lek så tävlades dessutom både lördag och söndag i samband med de båda lägererna.

Som en belöning för ungdomarnas flitiga tränande och tävlande åkte vi i november till Lalandia där vi badade och testade de flesta andra attraktioner som de kunde erbjuda.

Enligt traditionerna firade vi dessutom både halloween och jul på Lyckebo.

*Pia-Maria Bondesson, sammankallande, 2007-01-25*

## Tävlingssektionen

Året inleddes med planering av vår nationella tävling till den 26/3. Snön fanns men förhoppningen om att få snöfritt fanns fram till ca 2 veckor före tävlingsdagen. Även de sista optimisterna kände på sig att detta inte skulle bli någon tävling som man ville vara med om.

Därför beslöts om inställning av tävlingen och att någon reserv dag i november skulle användas. Det arbete som var nedlagt skulle användas till tävlingen 2007

Vintern släppte fram i april och orienteringstankarna återvände så småningom.

Klubbtävlingen Natt och dag genomfördes 12-13 maj i skogarna runt Ekeröd med samlingsplats på scouttorpet. Eftersom klubbens medlemmar både skulle tävla och vara arrangörer så missades segern till Andrarums IF.

Klubbmästerskap har arrangerats för Malmö OK och Lunds OK även detta med samlingsplats på scouttorpet i Ekeröd. Leif Sandgren svarade för banläggningen och Frostas klubbmedlemmar deltog som funktionärer

Hörby skolor har erbjudits orienteringsbanor i Fulltofta strövområde.

Detta genomfördes den 4e och 10e oktober för mellanstadie- och högstadie-klasserna. Uppslutningen från skolorna var stor och de klubbmedlemmar som hade möjlighet att hjälpa till fick mycket att stå i fast lärarna tog hand om mycket av arbetet.

Den traditionella budkaveln för klasserna 1 och 2 genomfördes i Karnas backe helt enligt traditionen

Årets klubbmästerskap kom som alltid i kläm med många andra arrangemang.

För att få till ett mästerskap så fanns det till sist bara den 15 oktober kvar. Janne erbjöd sig att lägga banorna med start och mål vid Bjävrödsdammarna. Rune skulle se till att alla fick något ätbart efter målgång. Klubbens medlemmar skulle ställa upp och tävla.

Ungdomarna tog strax före tävlingen ett beslutat om att ställa upp i ungdomens 7-manna budkavel eftersom man hade möjligheten att få ihop ett lag. Detta har inte skett på många år.

Därför skulle deras klubbmästerskap genomföras i samband med kretsmästerskapen i Klåvröd.

Klubbmästerskapet genomfördes med banor som var utslagsgivande trots att det var som man säger hemmabana. Vädret var en av de soligaste i oktober och stämningen runt grillen efteråt var precis så gemytlig som den ska vara när alla är satta på plats.

*Nils-Erik Bondesson, sammankallande, 2007-01-25*

## **IT-sektionen**

IT-sektionen har under året underhållit hemsidan och varit backup till [info@frostaok.nu](mailto:info@frostaok.nu). Hemsidadressen [www.frostaok.nu](http://www.frostaok.nu) har under året varit den som gällt. Den har fungerat utmärkt.

Medlemsregistret på n3sport uppdateras kontinuerligt av medlemmarna själva. De medlemmar som inte själv uppdaterar sina förändringar ber någon klubbkompis eller Janne Lindholm att uppdatera förändringar. Fördelar med detta medlemsregister är bl. a. att det alltid är aktuellt och att det med hjälp av de olika grupperna som finns där är möjligt att snabbt nå ut med e-mail till en berörd grupp.

*Janne Lindholm, sammankallande, 2007-02-05*

## **Marknadsloppssektionen**

Även 2006 års Marknadslopp fick en liten ökning i alla fall på föränmälningarna, vi nådde 497, nästa 100 mer än året innan. Dock fick vi bara 181 efteranmälda, förmodligen så avskräckte värmeböljan. Av de totalt 678 anmälda kom 624 i mål, detta är däremot något färre än 2005 då siffran var 657 i mål.

Kan vi se några tendenser, ja motionsklasserna för män både på 12,6 och 6,1 km går lite upp och ner, under 2006 gick det ner igen. Ungdomsklasserna och alla på 3,4 km ligger på lika nivå jämfört med tidigare år, några har ökat.

Vi använde återigen Sportident för resultat och tidtagning och kan bara konstatera att det fungerar förträffligt med snabb resultatgivning. Vi fick lite printerstrul i början men det löste sig snabbt.

Vädret med oss även denna onsdagskväll, fastän lite för varmt för löparna. Trots detta var det inte långt från banrekordet i herrklassen. Lars Johanssons 39,45 i den värmen och på lite steniga stigar (ny makadam utlagd på linjen och vid 6-7 km) var det inte långt från Gert-Inge Nilssons banrekord 39,13. Lars tid var den bästa på 10 år!

Stort TACK till alla funktionärer, som gjorde detta möjligt. För vidare detta Tack till dina vänner som inte är medlemmar. Vi behöver allas insatser och det är roligt att vi får så många som hjälper till på detta arrangemang.

*Gunnar Lundquist, sammankallande, 2007-01-25*

## **Tekniska sektionen**

Huvuduppgiften under 2006 har varit att hålla klubbhuset Lyckebo i ordning samt att sköta vår tävlingsmateriel. Vissa av klubbens medlemmar har ställt upp var sin vecka som jour på Lyckebo, för tillsyn, städning, gräsklippning, snöskottning etc.

Lördagen den 20 maj genomförde klubben en städ- och arbetsdag på Lyckebo. Sektionen kommer att kalla medlemmarna till en liknande arbetsdag i maj 2007.

Hörby kommun sköter numera underhåll och eventuella renoveringar av Lyckebo.

Skåneleden genom Hörby kommun har förtjänstfullt skötts av Åke Westerlund, med hjälp av klubbens medlemmar.

Den 21 maj organiserade Åke den mycket uppskattade årliga Skåneledsvandringen för klubbens medlemmar. Årets vandring gick från Brösarp till Kivik. Åke planerar en fortsättning på Skåneledsvandringen under 2007.

*Bengt Åberg, sammankallande, 2007-01-03*

## **Verksamhetsplaner för 2007**

### **Ungdomssektionen**

Under året kommer vi att fortsätta med träningar på tisdagarna. Vi kommer att försöka ordna en nybörjarkurs under ett antal lördagar i anslutning till skolornas orienteringsdagar för att på så sätt försöka fånga de intresserade. I samband med det hoppas vi även på att i kan ha kurs för vuxna och våra egna ungdomar. Därför hoppas vi att några av klubbens medlemmar kan tänka sig att ställa upp som ledare för någon kurs.

Som målsättning nästa år har vi att vi ska komma runt på ungdomens 7-manna, och även försöka hålla oss kvar i division 2 i ungdomsserien.

Vi kommer ha två läger som vanligt och även andra roliga aktiviteter som uppmuntrar ungdomarna.

*Pia-Maria Bondesson, sammankallande, 2007-01-25*

### **Tävlingssektionen**

Tävlingssektionen har följande planer för 2007 och framåt.

Nationell tävling 18/3

Ytterligare mindre arrangemang som ska genomföras för skolor och andra OL-Klubbar

Klubbmästerskap

Planering för 4-klubbs 2008

Skapa intresse för de budkavlar som arrangeras så klubben åter finns med i någon del av resultatlistorna på dessa tävlingar.

*Nils-Erik Bondesson, sammankallande, 2007-01-25*



## **IT-sektionen**

IT-Sektionen fortsätter att uppdatera hemsidan och medlemsregistret för dom som vill ha hjälp med det. Konstruktion av nya grupper i medlemsregistret kan bli aktuellt om någon finner en bra grupp att bygga på.

*Janne Lindholm, sammankallande, 2007-02-05*

## **Marknadsloppssektionen**

Årets Marknadsloppsaktiviteter kommer att startas upp med ett första möte i februari. Vi ska diskutera ytterligare åtgärder för att öka deltagarantalet ytterligare. Du som har idéer om detta kan kontakta Gunnar.

Vårt mål är samma som förra året, att vara ute tidigt med hemsidan, anmälan och inbjudan. Därmed ska vi försöka komma tillbaka till 2003 års nivå för antalet startande, i alla fall till att börja med. I år lär Marknadsloppet enligt uppgift inte kollidera med Andrarums sommar 3-dagars, vilket låter bra.

Det blir lite förändringar i starten då kommunen planerar att riva ishockeyrinken, vi återkommer med mer information längre fram.

**Årets Marknadslopp** går den **4 juli** och vi hoppas att Frosta OK-arna såväl som släkt och vänner, som alltid ställer upp som funktionärer och i förberedelserna.

*Gunnar Lundquist, sammankallande, 2007-01-25*

## **Avgifter och ersättningar för 2007**

Styrelsen föreslår att:

### **Medlemsavgifterna blir oförändrade för 2007**

- Tävlade -20 100 kr
- Tävlade 21- 200 kr
- Familjeavgift 400 kr
- Icke tävlade vuxen 100 kr

### **Startavgifterna för 2007**

- Klubben står för hela ordinarie startavgiften
- Klubben betalar helt ev. hyra av Emit-bricka
- Klubben står inte för hyra av Sportldent-bricka, då dessa finns att rekvirera mot deposition 50 kr av klubben.
- Varje enskild medlem (ungdomar undantagna) får själv stå för den extra kostnad som tillkommer pga. 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.

### **Resersättningen för 2007**

- Klubben betalar 18 kr per mil då man utsetts av klubbens styrelse att representera klubben vid konferenser, utbildningar eller skjutsar ungdomar till tävlingar enbart för ungdomar.

## **Motion för 2007**

Betr Adventsorienteringar i OK Silvas regi

Föreslår härmed att ovanst orienteringar ska ingå i det normala tävlingsutbudet, vilket innebär att klubben står för startavgifterna.  
Kanske kan det locka fler deltagare 2007.

Eva Åberg, 2007-01-03

## Frosta Oks aktiva orienterare 2006

Plats	Namn	Poäng
1	Leif Sandgren	1293
2	Karin Modig	1229
3	Amanda Nilsson	929
4	Bertil Johansson	640
5	Robin Nilsson	620
6	Gustav Olsson	404
7	Nils-Erik Bondesson	367
8	Bror Elofsson	362
9	Per Fresk	296
10	Pia-Maria Bondesson	269
11	Rolf Nilsson	238
12	Eva Åberg	221
13	Bengt Åberg	189
14	Viveka Lassing	179
15	Marcus Gustavsson	173
16	Leif Karlsson	141
17	Jonas Nilsson	133
17	Alexandra Andersson	133
19	Linus Johansson	126
20	Göran Lassing	113
21	Sven-Erik Persson	112
22	Gunnar Lundquist	108
23	Axel Andersson	102
24	Andreas Ekblad	98
25	Ambjörn Lassing	91
26	Daniel Nilsson	89
27	Torgil Lassing	81
28	Maria Schad	80
29	Ingrid Olsson	74
30	Johanna Törnblad	68
31	Susanne Göransson	65
32	Kersti Lassing	61
33	Emilia Andersson	59
34	Janne Lindholm	54
35	Merit Lassing	52
36	Sandra Törnblad	49
36	Jim Johansson	49
38	Mia Nilsson	48
39	Sara Nyman	38
40	Linda Nilsson	33
41	Stefan L Nilsson	29
42	Åsa Andersson	28
42	Fredrik Lundquist	28
43	Martin Nilsson	27
43	Bengt I Nilsson	27
45	Ingrid Nilsson	21
45	Daniel Carlström	21
47	Anna Sjö	19

<b>Plats</b>	<b>Namn</b>	<b>Poäng</b>
48	<b>Martin U Nilsson</b>	17
48	<b>Daniel Ottnell</b>	17
50	<b>Börje Åkesson</b>	16
51	<b>Rune Nilsson</b>	13
51	<b>Mikael Persson</b>	13
51	<b>Erika Andersson</b>	13
54	<b>Philip Svensson</b>	12
55	<b>Johan Hermerén</b>	10
56	<b>Emma Hansson</b>	8
57	<b>Jonas Olsson</b>	5
58	<b>Britta Frank</b>	2
59	<b>Linnea Westerlund</b>	1
60	<b>Peter Andersson</b>	0
60	<b>Per-Olof Bondesson</b>	0
60	<b>Lars Törnblad</b>	0
60	<b>Karin Persson</b>	0
60	<b>Karin Lindholm</b>	0
60	<b>Inger Lindholm</b>	0
60	<b>Eva Gustavsson</b>	0
60	<b>Alex Andersson</b>	0

# Vandringspriser

## 1 "Årets lyft"

Plats	Namn	2005	2006	Lyft
1	Amanda Nilsson	436	929	493
2	Robin Nilsson	135	620	485

## 2 "Årets höjning"

Plats	Namn	2005	2006	Höjning
1	Susanne Göransson	0	65	65
2	Bertil Johansson	610	640	30

## 3 Frosta OK:s familjepris

Plats	Familj
1	Rolf Nilsson
2	Bondesson
3	Lassing

# Årspriser

## 1 Snabbaste dam vid fyrklubbs

Plats	Namn	Min/km
1	Viveka Lassing	11,98
2	Karin Modig	13,41
3	Pia-Maria Bondesson	13,55

## 2 Snabbaste herr vid fyrklubbs

Plats	Namn	Min/km
1	Leif Sandgren	9,01
2	Martin Nilsson	9,47
3	Göran Lassing	10,05

## 3 Bäste poängplockare

Leif Sandgren

## 4 Ungdomspokalen pojkar

Robin Nilsson

## 5 Ungdomspokalen flickor

Amanda Nilsson

## 6 Juniorpokalen

Ambjörn Lassing

## 7 Klubbmästerskapsplaketter, dag 2006-10-15

<b>D10</b>		Amanda Nilsson	20:53	
<b>D55</b>	<b>2540m</b>	Karin Modig	30:38	Klubbmästare
		Eva Åberg	43:02	
		Britta Fank		
<b>H10</b>		Gustav Olsson	22:29	
<b>H21</b>	<b>4460m</b>	Leif Sandgren	35:55	Klubbmästare
		Fredrik Lundquist	45:27	
<b>H45</b>	<b>4460m</b>	Gunnar Lundquist	43:27	Klubbmästare
		Rolf Nilsson	56:08	
<b>H55</b>	<b>4460m</b>	Leif Karlsson	48:04	Klubbmästare
		Nils-Erik Bondesson	53:56	
		Lars Berg	56:25	
		Sven-Erik Persson	58:47	
<b>H65</b>	<b>3420m</b>	Bror Elofsson	48:34	Klubbmästare
		Bengt Åberg	62:19	
<b>Motion</b>	<b>2540m</b>	Rune Nilsson	45:40	
		Susanne Göransson		

## 7 Klubbmästerskapsplaketter, natt 2006-09-22

<b>D55</b>	Karin Modig	65:21	
<b>D60</b>	Maria Schad	108:48	
<b>H55</b>	Nils-Erik Bondesson	98:44	
	Leif Sandgren	ej start	
<b>H75</b>	Bertil Johansson	53:41	
<b>Ö8</b>	Leif Karlsson	69:28	

## 8 Poängskedar

Vart 7:e poäng ger en sked, resterande poäng överförs till nästa år. Se tabell nedan.

Namn	Poäng 2065	Poäng från 2005	Antal skedar	Poäng till 2007
Amanda Nilsson	26	4	4	2
Gustaf Olsson	17	0	2	3
Alexandra Andersson	5	6	1	4
Axel Andersson	7	2	1	2
Daniel Nilsson	5	0	0	5
Robin Nilsson	5	0	0	5
Johanna Törnblad	2	4	0	6
Jim Johansson	1	5	0	6
Emilia Andersson	3	3	0	6
Sandra Törnblad	2	1	0	3
Victor Skarler		6	0	6
Jonas Nilsson		6	0	6
Jonas Olsson		5	0	5
Marcus Gustafsson	2	1	0	3
Linus Johansson	1	0	0	1
Linnea Westerlund		2	0	2
Yasmine Nilsson		2	0	2
Ambjörn Lassing		1	0	1
Erika Andersson	2	0	0	2
Sara Nyman		4	0	4



# Vandringspriser - statuter

## 1. "Årets lyft"

- Tillfaller den orienterare som ökat sin poängsumma mest på poängplockarlistan enligt:  
Regler: Samtliga ungdoms- och juniororienterares poäng på årets lista jämförs med motsvarande för förra året. Förra årets poäng subtraheras från årets poäng. Den orienterare som erhåller den största positiva differensen har gjort ÅRETS LYFT.  
Målsättning: Detta ger nybörjare en stor chans då de kanske inte fanns med på förra årets lista, men det kan även tillfalla någon annan som lyft sig rejält. Uppsatt av Gunnar Lundquist 1997.  
Tid. Priset ska vandra tills någon fått tre inteckningar

## 2. "Årets höjning"

- Tillfaller den orienterare som ökat sin poängsumma mest på poängplockarlistan enligt:  
Regler: Samtliga seniororienterares poäng på årets lista jämförs med motsvarande för förra året. Förra årets poäng subtraheras från årets poäng. Den orienterare som erhåller den största positiva differensen har gjort ÅRETS HÖJNING.  
Målsättning: Detta ger nybörjare en stor chans då de kanske inte fanns med på förra årets lista, men det kan även tillfalla någon annan som höjt sig rejält. Uppsatt av Fredrik Lundquist 2005.  
Tid. Priset ska vandra tills någon fått tre inteckningar

## 3. Frosta OK:s familjepris

- Bästa poängplockande familj vid Skåneseriens tävlingar.  
Regler: 1. Tävlingen omfattar alla Skåneseriens tävlingar på vår och höst.  
2. Vid varje tävling räknas sammanlagda poängsumman av den bästa föräldern + det bästa barnet oavsett ålder i familjen.  
3. Olika tävlingar kan ha skilda kombinationer föräldrar/barn.  
4. Samma poängberäkning gäller för samtliga tävlingsklasser

Antal startande	Sege-poäng	Minuter efter segraren									
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	Poäng
2 - 5	6	5	4	3	2	1					
6 - 10	7	6	5	4	3	2	1				
11 - 15	8	7	6	5	4	3	2	1			
16 - 20	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
21 -	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	

# Årspriser - statuter

## 1. Snabbaste dam vid fyrklubbs

- Snabbaste kvinnliga orienterare vid Fyrklubbs

Regler: 1. Bäst kilometertid av damerna

## 2. Snabbaste herr vid fyrklubbs

- Snabbaste manliga orienterare vid Fyrklubbs

Regler: 1. Bäst kilometertid av herrarna

## 3. Bäste poängplockare

- Bäste poängplockare

Regler: 1. Bäste poängplockare på poängplockarlistan

## 4. Ungdomspokalen pojkar

- Bäste pojke i Skåneseriens tävlingar och ungdomscuperna.

Regler: 1. Flest poäng av Frosta OK:s pojkar i Skåneserien och ungdomscuperna.

## 5. Ungdomspokalen flickor

- Bästa flicka i Skåneseriens tävlingar och ungdomscuperna.

Regler: 1. Flest poäng av Frosta OK:s flickor i Skåneserien och ungdomscuperna.

## 6. Juniorpokalen

- Frosta OK:s pris till bästa junior.

Regler: 1. Bäst av juniorerna på "TIO-I-TOPP"

2. Om ingen junior finns på "TIO-I-TOPP", tillfaller priset bäste poängplockare i poängplockarlistan.

## 7. Klubbmästerskap

- Frosta OK:s klubbmästare

Regler: 1. Tillfaller samtliga klassegrare vid klubbmästerskapen i Dag- resp. Natt-OL.

## 8. Poängskedar

- Skåneseriens och ungdomscupernas poängskedar

Regler: 1. En sked utdelas för var 7:e erövrade poäng i Skåneserien och u-cuperna.

## 9. Flitpriser

- Frosta OK:s pris till klubbens ungdomar

Regler: Alla ungdomar som under året deltagit i träning eller tävling tilldelas flitpris.

## Frosta Oks Fyrklubbslöpare t.o.m. 2006

Namn	Klubb	Debutår	Födelseår	Antal Fyrklubbs
Arvid Olsson	Herröds OK	1941	1926	60
Artur Pettersson	Hörby BOIF	1947	1920	56
Svenåke Persson	Hörby BOIF	1952	1930	46
Leif Sandgren	Herröds OK	1963	1947	45
Allan Samuelsson	Herröds OK	1965	1921	36
Karin Modig	Höörs IS	1965	1948	33
Bengt A Jönsson	Frosta OK	1965	1951	31
Gert Nilsson	Herrt OK	1955	1940	29
Roland Offrell	Malmö Frisks	1958	1942	29
Göran Lassing	Tyringe SOS	1979	1953	28
Viveka Lassing	Tyringe SOS	1972	1959	27
Bengt Åberg	Frosta OK	1979	1938	25
Sven Andersson	Frosta OK	1973	1942	22
Ann-Marie Offrell	Frosta OK	1965	1945	22
	OK Syd,			
Leif Karlsson	Malmö	1984	1946	22
Bengt Å Nilsson	Frosta OK	1973	1939	21
Nils-Erik Bondesson	Frosta OK	1985	1948	21
Anders Hjeltång	Frosta OK	1977	1962	21
Stefan L Nilsson	Frosta OK	1986	1972	21
Bertil Olsson	Frosta OK	1977	1928	20
Bengt I Nilsson	Satserups GIF	1955	1938	19
Gunnar Lundquist	Frosta OK	1986	1952	19
Franz Soukup	Frosta OK	1976	1922	18
Sven-Erik Persson	Frosta OK	1990	1949	16
Janne Lindholm	Frosta OK	1989	1948	15
Börje Andersson	Frosta OK	1985	1941	14
Eva Åberg	Frosta OK	1989	1943	13
Rune Nilsson	Frosta OK	1990	1946	13
Martin U Nilsson	Frosta OK	1992	1978	13
Britta Frank	Frosta OK	1991	1950	12
Anna Sjö	Frosta OK	1989	1977	12
Linda Westerlund	Frosta OK	1983	1971	11
Fredrik Lundquist	Frosta OK	1992	1977	11
Linda Nilsson	Frosta OK	1995	1985	10
Inger Lindholm	Frosta OK	1993	1950	9
Mia Åberg	Frosta OK	1979	1956	8
Pia-Maria Bondesson	Frosta OK	1997	1985	8
Hans Ljungquist	Frosta OK	1965	1939	7
Börje Åkesson	Frosta OK	1999	1947	7
Bertil Gunnarsson	Frosta OK	1994	1948	7
Kerstin Jönsson	Frosta OK	1982	1950	7
Ann-Margret Persson	Frosta OK	1974	1959	7
Ingela Andersson	Frosta OK	1978	1964	7
Andreas Ekblad	Frosta OK	1992	1976	7
Karin Lindholm	Frosta OK	1991	1980	7
Jim Nilsson	Frosta OK	1995	1982	7
Kersti Lassing	Frosta OK	1998	1985	7
Per Fresk	Frosta OK	2000	1933	6
Bror Elofsson	Frosta OK	2001	1938	6
Lena Westerlund	Frosta OK	1987	1942	6
Rolf Nilsson	Frosta OK	2000	1955	6
Anna Larsson	Frosta OK	1981	1968	6

Namn	Klubb	Debutår	Födelseår	Antal Fyrklubbs
Bengt Ljungqvist	Frosta OK	1990	1977	6
Martin Nilsson	Frosta OK	1992	1980	6
Merit Lassing	Frosta OK	1997	1983	6
Mia Nilsson	Frosta OK	1999	1987	6
Ingrid Reis	Frosta OK	1983	1942	5
Bengt-Åke Persson	Frosta OK	1992	1949	5
Gun Bondesson	Frosta OK	1991	1951	5
Lennart Olsson	Frosta OK	1985	1952	5
Christina Olsson	Frosta OK	1986	1953	5
Susanne Göransson	Frosta OK	2001	1959	5
Stina Larsson	Frosta OK	1985	1971	5
Carina Olsson	Frosta OK	1986	1973	5
Jessica Andersson	Frosta OK	1986	1973	5
Anna-Karin Bondesson	Frosta OK	1990	1979	5
Maja Zachoszcz	Frosta OK	1993	1980	5
Per Harrysson	Frosta OK	1993	1943	4
Eva-Lena Bondesson	Frosta OK	2001	1972	4
Conny Blixt	Frosta OK	2001	1975	4
Yasmine Offrell	Frosta OK	1996	1982	4
Ambjörn Lassing	Frosta OK	2003	1989	4
Bertil Johansson	Hylte OK	2000	1930	3
Mikael Persson	Frosta OK	2004	1979	3
Linda Gustafsson	OK Silva	2003	1980	3
Torgil Lassing	Frosta OK	2003	1988	3
Robin Nilsson	Frosta OK	2004	1992	3
Amanda Nilsson	Frosta OK	2004	1996	3
Ingrid Olsson	Frosta OK	2005	1968	2
Sofie Bjerkefeldt	Frosta OK	2003	1976	2
Gustaf Olsson	Frosta OK	2005	1996	2
Göran Rastamo	Frosta OK	2003	1955	1
Johan Hermeren	Frosta OK	2004	1982	1
Philip Svensson	Frosta OK	2005	1985	1
Per-Olof Bondesson	Frosta OK	2001	1986	1
Marcus Gustafsson	Frosta OK	2006	1991	1