

Frosta OK

2007



Årsmöte Frosta OK 3 februari 2008

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 2007
- §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
Val av Sekreterare för 2 år (vald 2007, kvarstår)
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 2008
- §13 Medlemsavgifter för 2008
- §14 Startavgifter för 2008
- §15 Motioner
- §16 Reseersättning för 2008
- §17 Övriga frågor
- §18 Mötets avslutande

Frosta OK:s styrelse och sektioner 2007

STYRELSE:

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

TEKNISKA SEKTIONEN:

Sammanställande: vakant
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 – Trim
Lars Berg
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 2007

Styrelsen för Frosta OK

Har sedan årsmötet 2007-02-11 haft

- 1 konstituerande styrelsemöte, 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 2007
- 1 informellt medlemsmöte, på Lyckebo, med Dartmästerskap
- 1 informellt medlemsmöte, med expertledd tur längs en del av Skåneleden

*Styrelsen tackar för förtroendet
Inger Lindholm, sekreterare, 2008-01-18*

Ungdomssektionen

Under året har vi försökt med organiserade träningar tillsammans med Eslöv. Tyvärr har vi inte haft så många ungdomar på dessa träningar. Inte heller har det varit många som tävlat.

Vi har haft ett läger i år på våren och tävlade i samband med det. Det var sju ungdomar närvarande. Eftersom intresset varit lågt anordnade vi inget läger på hösten.

Istället har vi satsat på nybörjarträning i slutet på hösten fram till juluppehållet. Först hade vi fyra träningar på Lyckebo för att därefter ha fem träningar på Georgshillsskolan. Träningarna på Lyckebo var utomhus med fika som avslutning och inomhus på Georgshillsskolan. På samtliga träningar utnyttjade vi våra nya Sport-Ident enheter vilket var väldigt lyckat. Vi har haft runt tio ungdomar vid varje tillfälle.

Som avslutning på det hela anordnade vi traditionsenligt en julfest.

Pia-Maria Bondesson, sammankallande, 2008-01-15

Tävlingssektionen

Den första uppgiften för året var Nationell orienteringstävling den 18:e mars. Samlingsplatsen var på Ekerödsgårdens västra betes ängar och kartan var Stångbacken. Bengt Åberg var huvudansvarig för banläggningen.

Eftersom tävlingen blev inställd 2006 på grund av snö i terrängen så genomfördes tävlingen med det materialet som grund. Om snön ställde till problem under 2006 så blev det blåst och regn som nästan stoppade tävlingen 2007. Blåsten för att uppbyggnaden av TC blev svår under lördagen medan regnet som föll under natten till söndagen gjorde det omöjligt att ta in bilar på den tänkta ängen.

Bröderna Risberg upplät sin gårdsplan för bilarna och parkeringsvakterna dirigerade bilarna så att alla tävlande kunde parkera. Tävlingen genomfördes utan några problem trots vädret fortsatte att vara blåsigt, regnigt och kyligt. Klubbens medlemmar liksom de tävlande visade ett gott humör trots påfrestningarna

Årets klubbmästerskap genomfördes den 1:e september med samlingsplats vid Kvarrödsgården i klubbens egen regi. Till skillnad från den 18:e mars så sken solen och gav en härlig inramning för en orienteringstävling.

För kommunens skolor har det arrangerats orienteringsövningar. Under vecka 40 var alla mellanstadie- och högstadie- elever där i omgångar. Totalt cirka 1.000 elever deltog! För lågstadieeleverna ordnades det budkavleorientering i Karnas backe, med runt 275 elever.

Under året har vi förnyat vårt innehav i Sport-Ident genom köp av 40 styck nya kontrollenheter och 100 nya Sport-Ident pinnar. Inköpet av kontrollenheterna har gjort att det är enklare att använda Sport-Ident vid träning eftersom de ej behöver programmeras före användandet.

Nils-Erik Bondesson, sammankallande, 2008-01-19

IT-sektionen

IT-sektionen har under året underhållit hemsidorna och varit backup till info@frostaok.nu. Hemsidadressen www.frostaok.nu har under året varit den som gällt. www.marknadsloppet.nu är den speciella sidan för marknadsloppet. Det 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, 2008-01-17

Marknadsloppssektionen

2007 års Marknadslopp, passerade äntligen 700-strecket igen och nu kanske vi får se en ökning igen. Totalt fick vi 777 betalande, varav 300 efteranmälda, totalt hundra fler än 2006! I mål hade vi 717 löpare.

Var har vi ökningen, ja motionsklasserna för män både på 12,6 och 6,1 km går starkt uppåt och även i någon grad för kvinnorna på samma sträckor. Ungdomsklasserna och alla på 3,4 km ligger på lika nivå jämfört med tidigare år, några har ökat.

Vi har skrivit avtal med Sport-Ident för resultat och tidtagning och kan bara konstatera att det fungerar förträffligt med snabb resultatgivning.

Vädret med oss även denna onsdagskväll, till skillnad från marknadsdagen efter då det hällregnade. Vi fick nytt banrekordet i herrklassen. Lars Johanssons 39,05 var ett lyft för tävlingen.

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, 2008-01-21

Tekniska sektionen

Huvuduppgiften under 2007 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 19 maj genomförde klubben en städ- och arbetsdag på Lyckebo.

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 20 maj organiserade Åke den mycket uppskattade årliga Skåneledsvandringen för klubbens medlemmar. Årets vandring gick från Kivik till Vik.

Styrelsen, 2008-01-27

Verksamhetsplaner för 2008

Ungdomssektionen

Vi kommer självklart att jobba vidare med våra nya ungdomar samtidigt som vi inte ska glömma bort de gamla som fortfarande vill vara med. Inomhusträningarna med orientering inomhus kommer att fortsätta tills det blir dags för utomhusträning igen.

Vi kommer även att anordna läger och andra roliga aktiviteter för ungdomarna. Till hösten kommer vi att anordna en ny omgång med nybörjarträning, vilket förhoppningsvis kommer att återkomma varje år.

Pia-Maria Bondesson, sammankallande, 2008-01-15

Tävlingssektionen

Tävlingssektionen avser att för 2008 genomföra följande:

4-klubbstävlingen den 21 september.

Klubbmästerskap för Frosta OK.

Orientering för kommunens skolelever.

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

Nils-Erik Bondesson, sammankallande, 2008-01-19

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, 2008-01-17

Marknadsloppssektionen

Årets Marknadsloppsaktiviteter kommer att startas upp med ett första möte i februari. Avsikten är att samla alla huvudfunktionärer till några arbets- & informationsmöten under våren för att alla ska vara uppdaterade om vad som händer. Vi ska diskutera ytterligare åtgärder för att öka deltagarantalet ytterligare. Du som har idéer om detta kan kontakta Gunnar.

Nyheter för i år är att Marknadsloppet ingår i **Skånes Grand Prix**, en poängtävling som lockar många elitlöpare från södra Sverige. Risker för att betala fler rekordbelopp har Sparbanken tagit över, så vi kommer att marknadsföra detta som Sparbankens banrekordspris.

Vårt mål är samma som förra året, att vara ute tidigt med hemsidan, anmälan och inbjudan. Därmed ska vi försöka komma tillbaka till siffror över 800 för antalet startande

Det blir lite förändringar i starten då kommunen har rivit ishockeyrinken, vi återkommer med mer information längre fram.

Årets Marknadslopp går den **2 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, 2008-01-21

Avgifter och ersättningar för 2008

Styrelsen föreslår att:

Medlemsavgifterna blir oförändrade för 2008

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

Startavgifterna för 2008

- Klubben står för hela ordinarie startavgiften
- Klubben betalar helt ev. hyra av Emit-bricka
- Klubben står inte för hyra av SportIdent-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 2008

- 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.

Motioner för 2008

Tävlingsallians

Enligt min mening är förslaget från Ringsjö OK bra och det är svårt att se några nackdelar i det. Min motion är att Frosta OK i positiv anda för diskussionen med de övriga klubbarna med avsikt att nå en överenskommelse i Ringsjö-förslagets avsiktsförklaring.

Bertil Johansson, 2008-01-25

Frostabladet

Lay-outen görs tidsmässig, mera bilder gärna i färg och kopierade på sätt att man ser vad som är på bilden. Ett bredare innehåll med bl.a. uppmärksammande av händelser inom klubben. Som t.ex. Leif Sandgrens fantastiska comeback efter sin fotskada. Det är inte lätt för en ensam redaktör att göra den förändring jag menar är nödvändig. Förslag är att stötta redaktören med en redaktionskommitté.

Bertil Johansson, 2008-01-25

Bakgrund tävlingsallians (motion från Bertil Johansson)

Här följer det förslag på tävlingsallians som Frosta OK fått. Upphovsklubb till detta förslag är Ringsjö OK.

"Mellanskånes OL" – tävlingsallians i Skåne?????

Tävlandet i Ringsjö OK har sjunkit kraftigt de senaste åren. Detsamma gäller förmodligen för de andra klubbarna i mellersta kretsen, Rävetofta kanske undantaget. Tävlingsresor och läger får ställas in på grund av dåligt intresse. Vi deltar knappt i några stafetter längre. De duktiga ungdomar vi fostrat försvinner till andra klubbar, redan som juniorer.

Det blir allt vanligare med tävlingsallianser, säkert där småklubbarna haft samma utveckling som vi. Markbygdens OK i Västergötland är ett exempel.

Vi tänkte tanken... att vi mellanskånska klubbar och går samman till en tävlingsklubb, "Mellanskånes OL" (ett bättre namn kan vi säkert komma på). Kanske kan även OK Silva vara med?? Det blir en ren tävlingsklubb, vars enda verksamhet är just att delta i tävlingar. Vi ska förstås inte föregripa eventuella diskussioner, men här är några av våra tankar.

- Alla moderklubbar ska finnas kvar, och medlemskap i moderklubb är obligatoriskt. Medlemsavgift betalas till moderklubben. Det handlar alltså inte om någon klubbammanslagning!!
- All verksamhet, förutom tävlandet, ska fortsätta att bedrivas i moderklubbarna, så som rekrytering och ungdomsverksamhet, motionsverksamhet och kartritning.
- Moderklubbarna arrangerar även i fortsättningen tävlingar, där övriga medlemmar i alliansen får tävla. Antalet tävlingar och tävlande ska inte minska.
- Utökat samarbete beträffande äldre ungdomar och juniorer, t ex läger och resor, bör vara en strävan.
- Ekonomin kan kanske lösas genom att de klubbar som ingår i alliansen betalar en årsavgift baserad på antal aktiva (tävlande). Avräkning görs i slutet av året eller säsongvis. Det finns säkert goda exempel från andra allianser på hur man löser ekonomin.
- Mellersta kretsen upphör naturligtvis. Kanske kan alliansen ingå i sydvästra kretsen, där vi redan har startat ett samarbete med ungdomscup och kretsmästerskap.
- Fyrklubbs??? Nelking blir förstås inte glad! Antalet klubbar minskar, men inte antalet startande. SKOF får väl avgöra i vilken grupp alliansen ska placeras första året.

Frosta Oks aktiva orienterare 2007

Plats	Namn	Poäng
1	Amanda Nilsson	1177
2	Anna-Karin Bondesson	905
3	Roland Offrell	860
4	Bertil Johansson	697
5	Nils-Erik Bondesson	585
6	Bror Elofsson	556
7	Per Fresk	549
8	Leif Sandgren	524
9	Börje Åkesson	490
10	Rolf Nilsson	442
11	Eva Åberg	395
12	Leif Karlsson	305
13	Pia-Maria Bondesson	245
14	Bengt I Nilsson	244
15	Viveka Lassing	231
16	Sven-Erik Persson	201
17	Kersti Lassing	199
18	Gustaf Olsson	192
19	Bengt Åberg	183
20	Robin Nilsson	136
21	Mikael Persson	122
22	Göran Lassing	112
23	Torgil Lassing	99
24	Ambjörn Lassing	92
25	Ingrid Olsson	81
26	Gunnar Lundquist	67
27	Karin Modig	61
28	Merit Lassing	55
29	Susanne Göransson	51
30	Olle Windelius	31
31	Conny Blixt	30
31	Jim Johansson	30
31	Jonas Olsson	30
32	Eva-Lena Bondesson	29
32	Martin Nilsson	29
33	Linda Nilsson	20
34	Linda Tufvesson	18
35	Martin U Nilsson	16
36	Linus Johansson	15
37	Johanna Törnblad	9
37	Stefan L Nilsson	9
38	Rune Nilsson	7
39	Karin Lindholm	6
39	Philip Svensson	6
40	Britta Frank	3

Vandringspriser

1 "Årets lyft"

Plats	Namn	2007	2006	Lyft
1	Amanda Nilsson	1177	929	248

2 "Årets höjning"

Plats	Namn	2007	2006	Höjning
1	Börje Åkesson	490	16	474

3 Frosta OK:s familjepris

Plats	Familj
1	Fam. Rolf Nilsson
2	Fam. Bondesson
3	Fam. Lassing

Årspriser

1 Snabbaste dam vid fyrklubbs

Plats	Namn	Min/km
1	Amanda Nilsson	10,1
2	Merit Lassing	10,4
3	Viveka Lassing	12,1

2 Snabbaste herr vid fyrklubbs

Plats	Namn	Min/km
1	Leif Sangren	9,2
2	Martin U Nilsson	10,0
3	Göran Lassing	10,2

3 Bäste poängplockare

Amanda Nilsson

4 Ungdomspokalen pojkar

Gustaf Olsson

5 Ungdomspokalen flickor

Amanda Nilsson

6 Juniorpokalen

7 Klubbmästerskapsplaketter, dag 2007-09-01

Ungdom	1940 m		
	Amanda Nilsson	17:17	(klubbmästare)
	Gustaf Olsson	23:39	
	Robin Nilsson	31:55	
Dam	3260 m		
	Viveka Lassing	39:29	(klubbmästare)
	Linda Tufvesson	55:32	
	Eva Åberg	65:50	
H21	5370 m		
	Fredrik Lundquist	46:46	(klubbmästare)
	Mikael Persson	55:31	
H45	4030 m		
	Leif Sandgren	32:30	(klubbmästare)
	Göran Lassing	42:27	
	Rolf Nilsson	45:01	
H55	4030 m		
	Janne Lindholm	36:23	(klubbmästare)
	Gunnar Lundquist	47:42	
	Sven-Erik Persson	51:25	
H65	3260 m		
	Bengt Åberg	61:56	

7 Klubbmästerskapsplaketter, natt 2007-10-19

H75 (2)	2100 m		
	Bertil Johansson	Frosta OK	38:50
H65 (2)	2800 m		
	Bror Elofsson	Frosta OK	38:34
H55 (3)	3900 m		
	Leif Sandgren	Frosta OK	36:21 (klubbmästare)
	Nils-Erik Bondesson	Frosta OK	50:50
	Leif Karlsson	Frosta OK	1:00:17
D55 (2)	2900 m		
	Maria Schad	Frosta OK	Ej godk.

8 Poängskedar

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

Namn	2007	Poäng från 2006	Antal skedar	Poäng till 2007
Amanda Nilsson	21	2	3	2
Gustaf Olsson	4	3	1	0
Robin Nilsson	2	5	1	0
Alexandra Andersson		4		4
Axel Andersson		2		2
Daniel Nilsson		5		5
Johanna Törnblad		6		6
Jim Johansson		6		6
Emilia Andersson		6		6
Sandra Törnblad		3		3
Victor Skarler		6		6
Jonas Nilsson		6		6
Jonas Olsson		5		5
Marcus Gustafsson		3		3
Linus Johansson		1		1
Linnea Westerlund		2		2
Yasmine Nilsson		2		2
Ambjörn Lassing		1		1
Erika Andersson		2		2
Sara Nyman		4		4

Frosta Oks Fyrklubbslöpare t.o.m. 2007

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	32
Bengt A Jönsson	Frosta OK	1965	1951	31
Roland Offrell	Malmö Frisks	1958	1942	29
Gert Nilsson	Herrt OK	1955	1940	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
Leif Karlsson	OK Syd, Malmö	1984	1946	22
Bengt Å Nilsson	Frosta OK	1973	1939	21
Anders Hjeltång	Frosta OK	1977	1962	21
Stefan L Nilsson	Frosta OK	1986	1972	21
Nils-Erik Bondesson	Frosta OK	1985	1948	21
Bertil Olsson	Frosta OK	1977	1928	20
Gunnar Lundquist	Frosta OK	1986	1952	19
Bengt I Nilsson	Satserups GIF	1955	1938	19
Franz Soukup	Frosta OK	1976	1922	18
Sven-Erik Persson	Frosta OK	1990	1949	16
Janne Lindholm	Frosta OK	1989	1948	14
Börje Andersson	Frosta OK	1985	1941	14
Rune Nilsson	Frosta OK	1990	1946	13
Martin U Nilsson	Frosta OK	1992	1978	13
Eva Åberg	Frosta OK	1989	1943	13
Britta Frank	Frosta OK	1991	1950	13
Linda Westerlund	Frosta OK	1983	1971	11
Fredrik Lundquist	Frosta OK	1992	1977	11
Anna Lindholm	Frosta OK	1989	1977	11
Linda Nilsson	Frosta OK	1995	1985	10
Inger Lindholm	Frosta OK	1993	1950	9
Mia Åberg	Frosta OK	1979	1956	8
Karin Lindholm	Frosta OK	1991	1980	8
Pia-Maria Bondesson	Frosta OK	1997	1985	7
Kerstin Jönsson	Frosta OK	1982	1950	7
Kersti Lassing	Frosta OK	1998	1985	7
Jim Nilsson	Frosta OK	1995	1982	7
Ingela Andersson	Frosta OK	1978	1964	7
Hans Ljungquist	Frosta OK	1965	1939	7
Bertil Gunnarsson	Frosta OK	1994	1948	7
Ann-Margret Persson	Frosta OK	1974	1959	7
Andreas Ekblad	Frosta OK	1992	1976	7
Merit Lassing	Frosta OK	1997	1983	7
Martin Nilsson	Frosta OK	1992	1980	6
Lena Westerlund	Frosta OK	1987	1942	6
Börje Åkesson	Frosta OK	1999	1947	6
Bengt Ljungqvist	Frosta OK	1990	1977	6
Anna Larsson	Frosta OK	1981	1968	6
Rolf Nilsson	Frosta OK	2000	1955	6

Namn	Klubb	Debutår	Födelseår	Antal Fyrklubbs
Bror Elofsson	Frosta OK	2001	1938	6
Stina Larsson	Frosta OK	1985	1971	5
Per Fresk	Frosta OK	2000	1933	5
Mia Nilsson	Frosta OK	1999	1987	5
Maja Zachoszcz	Frosta OK	1993	1980	5
Lennart Olsson	Frosta OK	1985	1952	5
Jessica Andersson	Frosta OK	1986	1973	5
Ingrid Reis	Frosta OK	1983	1942	5
Gun Bondesson	Frosta OK	1991	1951	5
Christina Olsson	Frosta OK	1986	1953	5
Carina Olsson	Frosta OK	1986	1973	5
Bengt-Åke Persson	Frosta OK	1992	1949	5
Anna-Karin Bondesson	Frosta OK	1990	1979	5
Yasmine Offrell	Frosta OK	1996	1982	4
Susanne Göransson	Frosta OK	2001	1959	4
Per Harrysson	Frosta OK	1993	1943	4
Eva-Lena Bondesson	Frosta OK	2001	1972	4
Conny Blixt	Frosta OK	2001	1975	4
Linda Tufvesson	OK Silva	2003	1980	4
Ambjörn Lassing	Frosta OK	2003	1989	3
Robin Nilsson	Frosta OK	2004	1992	3
Mikael Persson	Frosta OK	2004	1979	3
Amanda Nilsson	Frosta OK	2004	1996	3
Torgil Lassing	Frosta OK	2003	1988	2
Sofie Bjerkefeldt	Frosta OK	2003	1976	2
Bertil Johansson	Hylte OK	2000	1930	2
Ingrid Olsson	Frosta OK	2005	1968	2
Gustaf Olsson	Frosta OK	2005	1996	2
Philip Svensson	Frosta OK	2005	1985	1
Per-Olof Bondesson	Frosta OK	2001	1986	1
Johan Hermeren	Frosta OK	2004	1982	1
Göran Rastamo	Frosta OK	2003	1955	1

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	Seger-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.



Hörbyorienterarna