

# FROSTABLADDET

6 - 2004



Årsmöte

Julpyssel

Tävling 3 april

Jourlista

Skidresa

**FROSTA**



## Ordföranden har ordet

Hej allihopa!

Hoppas ni alla haft en bra orienteringshöst! Nu står snart julen för dörren och det innebär mindre tävlingar i kalendern. Passa då gärna på att ta en löprunda på lördagseftermiddagen från Lyckebo!

Jag var på SkOF:s föreningsledarträff i slutet av november. Det stora diskussionsämnet var det förslag till höjda startavgifter som SOFT lagt fram. I korthet medger förslaget höjningar på upp till 50 %. Som en av få regioner ställer sig SkOF inta bakom detta förslag, och på träffen beslöt vi att Skåne inte kommer att göra några förändringar i startavgifterna under 2005. Detta var ett konsensusbeslut som alla föreningsledare ställde sig bakom.

Vi har bestämt tid för årsmötet och det blir den 6 februari 2005. Denna gång kommer vi att hålla till på Lyckebo. Dagordning finns längre fram i tidningen. På årsmötet har vi en punkt för motioner och en för övriga frågor. Så, har ni någon fråga ni vill ta upp eller någon motion, hör av er till mig!

Från 2005 har Frosta tecknat hyresavtal för Lyckebo direkt med kommunens fastighetskontor. Det betyder att vi kommer att få en extra kostnad att ta hänsyn till. Styrelsen kommer därför att söka utökat driftsbidrag för att kompensera denna extrakostnad. Men avtalet innebär också att fastighetskontoret övertar ansvaret för det yttre underhållet, något som vi sköter själva idag.

Ha en riktigt bra och avkopplande jul!

*God jul & Gott nytt år!  
Fredrik Lundquist*

## Redaktören har ordet

Hej i vintermörkret!

Redaktionen fick in en mängd svar på kryddtestet i förra numret. Jätteroligt! Dessutom visade det sig att ALLA hade prickat in samtliga kryddor. Redaktionen bestämde sig därför att lite julpyssel kunde vara på sin plats, se längre fram i tidningen.

Missa inte heller Vintercupen som ger bra möjligheter till både löpträning och orientering.

Slutligen önskar redaktionen alla läsare God jul och Gott nytt år!

Sista datum för insändare till nästa Frostablada är den 15 februari, maila redaktionen på [fredrik.lundquist@rixmail.se](mailto:fredrik.lundquist@rixmail.se) eller ring 046-396775.

*Linda Gustafsson*

## Information

**Frosta OK**  
**Uggleborgsvägen 521**  
**242 95 HÖRBY**

Vår klubbstuga Lyckebo ligger på Uggleborgsvägen 521, Ekeboda, där vi har kvällsöppet varje måndagskväll, 18.00-19.00. Tel: 0415-100 85.

Postgiro nr: 64 62 14-7

Bankgiro nr: 937-6997

Medlemsavgifter per år	Tävlande:	-20 år	100 kr
		21- år	200 kr
	Familjeavgift:		400 kr
	Icke tävlande:		100 kr

Ordförande:	Fredrik Lundquist	046-39 67 75
-------------	-------------------	--------------

Sekreterare:	Inger Lindholm	0415-128 14
--------------	----------------	-------------

Kassör:	Rune Nilsson	0415-124 44
---------	--------------	-------------

Tävlingssektion/ Träningssektion	Nils-Erik Bondesson	0415-105 52
-------------------------------------	---------------------	-------------

Ungdomssektionen:	Andreas Ekblad	046-13 16 79
-------------------	----------------	--------------

IT-sektionen:	Janne Lindholm	0415-134 80
---------------	----------------	-------------

Tekniska sektionen	Bengt Åberg	0415-31 15 94
--------------------	-------------	---------------

Marknadsloppssektionen:	Gunnar Lundquist	0415-100 91
-------------------------	------------------	-------------

Internet hemsidor

Frosta OK <http://web.telia.com/~u41506144/> eller  
<http://www.go.to/frosta.ok>

Klubben-on-line: <http://www.svenskidrott.se/organisation.asp?OrgElementId=27337>

E-mail: [frostaok@telia.com](mailto:frostaok@telia.com)

*Din orienteringsklubb  
Hörby kommun*



# Ungdomsinfo

## Den hemliga utfärden!!

Lördagen den 13:e november var vi på KCS Vildmarkscenter på hemlig utfärd. Vi lekte en lek som kallades "Hjältarna på fortet". Vi delades in i fyra olika lag som sedan skulle tävla mot varandra. Vi fick varsin guide som visade till vilka stationer vi skulle springa. Om man klarade stationen fick man en guldsten.

När första omgången var avklarad samlades vi runt lägerelden. De som samlat flest guldstenar fick starta först i andra omgången, då på jakt efter ledtrådar. Alla lagen klarade det hemliga ordet, men det lag som klarade det först var det gröna laget. Det var de som fick plundra fortet sedan.

Efteråt, när alla åt hamburgare och glass, hade äventyrsarrangörerna bytt de sju säckar det gröna laget hade plundrat från fortet mot en säck godis. Vi fick ta några händer innan vi gick hem. Det var jättekul!!!

*Alexandra Andersson*

## Träningar

Efter julfesten den 17-18/12 kommer vi att ha ett juluppehåll med träningarna. Men den 11:e januari börjar vi igen. Vi kommer att fortsätta med träningarna på Lyckebo, springa en runda, basta och fika. Träningen börjar klockan 18. Föräldrar, syskon och kompisar är också välkomna!

<b>Datum</b>	<b>Aktivitet</b>	<b>Ledare</b>
11 jan	Träning	Andreas
18 jan	Träning	Mia
25 jan	Träning	Pia-Maria
1 feb	Träning	Kersti
8 feb	Träning	Elin
15 feb	Träning	Andreas
22 feb	Träning	Mia

Har ni frågor, är det bara att ringa någon av nedanstående.

*Pia-Maria (105 52, 070-355 28 08), Kersti (412 33, 073-074 12 33)  
Andreas (046-13 16 79, 0705-79 58 23), Mia (124 44, 073-352 97 14),  
Elin (104 65, 070-615 93 89)*



# *På gång i klubben*

## **Julfinal den 18 december**

Den 18 december är det skinkloppsfinal med traditionsenlig glögg och julklappsbyte. Det börjar kl 14.30 med löprunda. För att kvala in till julklappsbytet så behöver man bara ta med en styck julklapp för max 25 kronor.

*Välkomna önskar styrelsen*

## **Möte för Marknadsloppssektionen den 24 januari**

Den 24 januari kl 19.00 kallas alla aktiva i marknadsloppssektionen till möte på Lyckebo. Övriga klubbmedlemmar som vill göra en insats hälsas också välkomna!

*Välkomna hälsar Gunnar Lundquist*

## **Årsmöte den 6 februari 2005**

Alla medlemmar i Frosta OK kallas till årsmöte söndagen den 6 februari 2005. Se dagordning längre fram i tidningen.

Plats: Lyckebo  
Tid: 16.00  
Program: 16.00 Årsmötesförhandlingar  
17.00 Prisutdelning och fika

Alla medlemmar är välkomna att skicka in motioner och/eller andra frågor som ni vill att årsmötet ska behandla. Skicka in till [fredrik.lundquist@rixmail.se](mailto:fredrik.lundquist@rixmail.se) eller ring Fredrik på 046-39 67 75, senast den 16 januari 2005.

Om det finns någon som vill göra en insats för klubben och bli invald till någon sektion, hör av er till Göran Lassing, 0415-412 33, innan 16 januari.

*Välkomna önskar styrelsen*

## **Tävling den 3 april 2005**

Nästa tävling för Frosta blir en nationell tävling den 3 april 2005. Boka redan in det datumet redan nu! Förberedelserna har startat och allteftersom tiden går får fler medlemmar i Frosta OK möjlighet att delta i utformningen. Så fundera nu på vad som kunde vara din uppgift den 3 april. Ju förr vi får fördelat arbetsuppgifterna till tävlingen ju mer tid blir det att planera dem.

*Nils-Erik Bondesson*

# *Årsmöte Frosta OK 6 februari 2005*

## **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 2004
- §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 2004, 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
- §10 Val av Valberedning
- §11 Val av Revisorer
- §12 Verksamhetsplan för 2005
- §13 Medlemsavgifter för 2005
- §14 Startavgifter för 2005
- §15 Motioner:
- §16 Reseersättning för 2005
- §17 Övriga frågor
- §18 Mötets avslutande

## *SkOF föreningsledarträff*

Agne Bengtsson berättade att ca 17 000 elever har genomfört Skogsäventyret, varav ca 10% i Skåne.

Den stora punkten som diskuterades var SOFT:s förslag till höjning av startavgifter. Förslaget ser i stort ut som följer:

1. *Nationella tävlingar.* Ungdom 35-40 kr, vuxna 80-100 kr, elit 120-150 kr. Enda kravet är att en eventuell höjning ska motiveras i inbjudan. Beslutet att höja avgiften tas alltså av arrangören enbart. Dessutom ges möjlighet att höja ytterligare 20% efter beslut av regionens OF.
2. *Direktanmälan i öppna klasser.* Högst +20 kr i Ö4-9 vid anmälan på tävlingsdagen (alltså utöver en eventuell höjning enligt punkt 1).
3. *Direktanmälan i tävlingsklass.* Om detta erbjuds (dvs anmälan på tävlingsdagen) så tar man ut 100% förhöjd avgift.
4. *Prissättning av tilläggstjänster.* Arrangören får ta ut avgifter för extra material eller tjänster som erbjuds, förutsatt att avgiften framgår av inbjudan. Arrangör kan alltså ta betalt för barnpassningen, bilparkering etc.

SkOF kommer inte att rösta för detta förslag (i enlighet med årsmötet). Dock är nästan alla distrikt för förslaget och med största sannolikhet kommer SOFT att anta det. Föreningsledarträffen beslöt dock i konsensus att Skåne under 2005 kommer att ha anmälningsavgifter "som tidigare", dvs ingen höjning. Enda undantaget är om arrangör erbjuder direktanmälan i tävlingsklass då man får ta ut 100% förhöjd avgift. Dock ska detta framgå av inbjudan.

Nytt för 2005 är att speakerstöd ska finnas och sträcktider tillhandahållas vid nationella tävlingar.

Dessutom önskar SkOF fler kortdistanstävlingar önskas på våren (för att eliten ska få rankingpoäng).

På tävlingar bör man också dela upp U-klasserna i D- resp H-del.

*Vid pennan, Fredrik Lundquist*



# *Knep och knäp*

## **Kryddtestet**

Redaktionen tackar för alla inkomna svar och kan konstatera att medlemmarnas kryddkunskaper är på topp! Här kommer de rätta svaren:

- 1) Inte alls lika = Nejlika (nej lika)
- 2) Duktig elektriker = Kanel (kan el)
- 3) Manlig fröken ur = Timjan (tim-Jan)
- 4) Gör laget före matchen = Peppar
- 5) Där båten lägger till och från = Cayenne (kajen)
- 6) Dialektalt svar på knackning = Kummin (kum in!)
- 7) Man på Finlandsbåt = Persilja (Per Silja)
- 8) Duktig trafikant = Körvel (kör väl)
- 9) Inrutad jag = Mejram (mig-ram)
- 10) Kavallerist = Dragon

Vinnare, som förutom ära och berömmelse också erhåller ett "kryddigt" pris, är:  
Gunnel och Bertil Nilsson, Norregatan!

*Stort grattis från redaktionen.*





## Julpysssel

Mellan glögg, Kalle Anka och julskinkan passar det utmärkt att roa sig med lite julpysssel. Redaktionen undrar därför om ni kan hitta namnet på följande töser och pågar?

- 1) Kan han slå på ett snöre
- 2) Där är hans arm fästad vid kroppen
- 3) Så mycket pengar har hon kvar, när hon är pank
- 4) Har han längst ner på sina byxor
- 5) Tycker han om sina saker att de är
- 6) Han finner fågelägg
- 7) Vet hon att får är före klippning
- 8) Säger hon uppskattande om en apelsindryck
- 9) Äter han till frukost
- 10) Har hon då hon har sin lediga dag
- 11) Kan han stort förtroende
- 12) Tar han på Gotland till sin mineralsamling
- 13) Mötte hon i Tallinn
- 14) Kan hon säkert denna uppgift
- 15) Är han till sin syster
- 16) Ser han med barr i skogen
- 17) Gjorde hon när hennes gamla gick
- 18) Kan hon sitt onda ben
- 19) Tog han denna fråga på
- 20) Önskar många fler än han för världen
- 21) Tycker hon att presenterna var
- 22) Tar han på sig när det blir kallt
- 23) Sjunger hon om ett av Sveriges farliga rovdjur
- 24) Äter hon till frukost på macka
- 25) Vad sa han som fick för lite

Skicka in dina svar till Gustafsson/Lundquist, Basgränden 16, 22468 Lund eller ring 046-39 67 75 eller maila [fredrik.lundquist@rixmail.se](mailto:fredrik.lundquist@rixmail.se) senast den 15 februari. Priser, ära och berömmelse utlovas. Vinnare och rätta svar kommer i nästa nummer av tidningen Frostabladet.

*Redaktionen*

## *Jourlista Lyckebo*

Som vanligt gäller att den avgående stugvärden slår en signal till den pågående för att påminna om uppdraget.

Uppdraget som stugvärd innebär att se till att vår klubbstuga är i bra skick utvändigt och invändigt. Dessutom finns en del årstidsberoende göromål, som gräsklippning, snöskottning eller att räfsa löv. Om det finns några större brister eller saker som måste åtgärdas, kontakta Bengt Åberg (31 15 94) på tekniska sektionen.

	<b>VECKA</b>	<b>ANSVARIG</b>	<b>TELEFON</b>
2004	51	BROR ELOFSSON	046-256033
	52	BENGT ÅBERG	31 15 94
	53	BÖRJE ÅKESSON	431 43
2005	1	PER HARRYSSON	121 69
	2	BÖRJE ANDERSSON	121 96
	3	SVEN ANDERSSON	514 61
	4	LARS BERG	138 62
	5	JANNE LINDHOLM	134 80
	6	LEIF KARLSSON	124 03
	7	GÖRAN LASSING	412 33
	8	BERTIL JOHANSSON	41072
	9	ROLF NILSSON	142 24
	10	NILS-ERIK BONDESSON	105 52
	11	GUNNAR LUNDQUIST	100 91
	12	BENGT I NILSSON	127 77
	13	BENGT-Å NILSSON	31 17 24
	14	GERT NILSSON	31 12 91
	15	RUNE NILSSON	124 44
	16	ARVID OLSSON	136 06
	17	LENNART OLSSON	122 74
	18	GÖRAN JACOBSSON	104 65
	19	BENGT-ÅKE PERSSON	31 16 67
	20	ROLF PERSSON	31 15 66
	21	SVEN-ERIK PERSSON	128 68
	22	PER FRESK	0416-30338



## *Skidresan 2005*

Frosta OK:s skidresa går i år precis som de senaste 6 åren till Hopfgarten i Tyrolen, Österrike. Vi blir i år 31 stycken varav 12 stycken från Ystad OK. Då vi i år är några stycken som inte varit med tidigare så kommer här lite tider och tips inför resan.

Vi åker senast kl 13.00 den 19 februari 2005 från Lågehallen i Hörby.  
Därefter hämtar vi upp våra vänner från Ystad i Sjöbo kl 13.30.  
Resan går sedan vidare för att senast lämna Lund C kl 15.00

Turen går sedan över Öresundsbron mot Rödby och färjan till Tyskland. Något att äta här brukar kännas bra, man kan antingen köpa ombord (dyrt och lite stökigt) eller ta med sig något lämpligt hemifrån. Senare på kvällen stannar vi på ett Rasthaus i Tyskland för att äta/fika. Därefter kommer långa natten, bra att ha med en kudde, frukt/godis.

Under kvällen kommer även Andy (Andreas) att sälja liftkort och skidhyrebiljetter. Ifjol kostade hyra av komplett paket 450 SEK. Liftkort för vuxna ca 1380 kr och ungdomar –16 år ca 830 kr. Det går att betala med SEK eller Euro. Han informerar också om utflykter och annat intressant under veckan.

På morgonen vid 6-7 tiden brukar vi köra in i Österrike där vi stannar för frukost och morgontoalett på ett Rasthaus. Därefter kör vi sista biten fram till Hopfgarten och tar oss till våra pensioner. Sedan är det bara att ge sig iväg ut i backen och givetvis prova den nya liftten.

Jag har fått preliminär rumsfördelning men Pastor Lund (Ola) skall ned till nyår och slutförhandla om boendet. Det finns fortfarande möjlighet att bo på fina Hotel Sport om någon vill det. Vårt pris där är 3700 (ord pris 4800)

Middag äter vi tillsammans på pension Post mitt i byn vid kyrkan, vid 7-tiden. Frukost äter vi på respektive pension.

Efter en förhoppningsvis fin vecka åker vi hemåt vid 6-tiden på fredag kväll, och anländer hem till Hörby vid lunchtid på lördagen. Mer Info om Hopfgarten kan ni hitta på [www.hopfgarten.at](http://www.hopfgarten.at).

*Trevlig resa!  
Rune N*





*Hörbyorienterarna*