

FROSTABLADET

2-2007



Skåneledsvandring

Skallgångskedja

Ungdomsnytt

Marknadsloppet



Ordföranden har ordet

Hej på er!

I år kunde vår tävling genomföras utan problem med vinter och snö. Vädret bjöd förvisso på lite regn och blåst, men tävlingstekniskt gick dagen smidigt. Även i år deltog jag vid starten och kunde konstatera att det är ett vältrimmat gäng som jobbar. Även rivning och återställning av TC gick relativt fort. Dock kunde vi efter genomförd tävling konstatera att det vid uppbyggnaden av TC på lördagen endast var ett fåtal som kämpade med det. Här finns en stor potential för oss alla att bidra.

Under våren har ungdomsträningarna startat upp, med en dedikerad arrangör för varje tillfälle. Ungdomssektionen har gjort ett styvt jobb med att sätta ihop olika paket för hur träningen ska se ut, detta underlättar såklart jobbet som arrangör också. Vid en del tillfälle har också ungdomar från Eslövs FK varit med, och vi har å vår sida kunnat delta i deras träningar.

Arrangemang som väntar oss under året är Marknadsloppet den 4 juli och en u-cup den 28 augusti, med Gunnar L resp Göran L som håller i trådarna. När det gäller u-cuperna så genomförs de i pr i samarbete med SV kretsen. Detta betyder att ungdomarna får 6 stycken rena ungdomstävlingar att delta i, samt att vi kan vänta oss lite fler deltagare i vår u-cup.

När det gäller kretsmästerskapen i dag- resp nattorientering har det förts en del diskussioner med SV kretsen om ett samarbete även där. Tyvärr har jag inget nytt att berätta om det, det diskuteras fortfarande ute i klubbarna. Jag tror fortfarande att detta är ett bra sätt att öka intresset för kretsarrangemangen, annars tycker jag man får ta upp diskussionen om kretsens framtida vara eller icke vara.

Som alltid är ni välkomna att kontakta mig med synpunkter eller idéer!

Vårhälsningar Fredrik

Redaktören har ordet

Hej i vårvärmen!

Redaktören njuter just nu i fulla drag av vårvärmen. Härligt att våren äntligen har gjort sitt intåg i Skåne. Dagarna spenderas med långpromenader med barnvagnen och babysim. Jobbet känns ytterst avlägset, men tiden går i rasande fart och i september är det dags att sätta sig i kontorsstolen igen. Räknar med att kunna ta mig ut i skogen till hösten också. Längtar verkligen efter en orienteringsrunda i skogen nu.

Sista datum för insändare till nästa nummer av Frostabladet är den 15 juni, maila redaktionen på linda.gustafsson@miljo.lth.se eller ring 040-632 52 14, 0706-210 212. Det går även att skicka in bidrag till tidningen med vanlig post. Adressen är Brisgränd 4B, 234 39 Lomma.

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	046-25 28 20
Sekreterare:	Inger Lindholm	0415-128 14
Kassör:	Rune Nilsson	0415-124 44
Tävlingssektion/ Träningssektion	Nils-Erik Bondesson	0415-105 52
Ungdomssektionen:	Pia-Maria Bondesson	0415-105 52
IT-sektionen:	Janne Lindholm	0415-134 80
Tekniska sektionen	vakant	
Marknadsloppssektionen:	Gunnar Lundquist	0415-100 91
Klädansvarig	Marianne Lundquist	0415-100 91

Internet hemsidor
Frosta OK

www.frostaok.nu

Klubben-on-line:

<http://www.svenskidrott.se/organisation.asp?OrgElementId=27337>

E-mail:

info@frostaok.nu

*Din orienteringsklubb i
Hörby kommun*



Marknadsloppsinfo

I detta nummer får du som bilaga:

1. Inbjudan till Hörby Marknadslopp och
2. Bil-dekal att klistra upp någonstans där du tycker att den kan synas för andra, inte nödvändighetsvis på en bil.

Planera in i din kalender att klubben behöver din hjälp den 4 juli för att vi ska få ett bra arrangemang. Vi behöver dig även lite för uppbyggnad måndag-tisdag innan tävlingen. De som inte kunnat springa Sommar-3-dagars på Österlen kan i år vara glada för i år ligger detta arangemang vecka efter Hörby Marknad. Du kommer under Maj-Juni att bli kontaktad av de ansvariga för olika delar i Marknadsloppet för att få din hjälp, om inte - ring mig så ordna jag en uppgift.

Övriga datum att komma ihåg:

Funktionsloppet är på fredag 29 juni, start 19.00 vid Lågehallarna
Medlemsträff efter Marknaden, fredag 6 juli då vi grillar på Lyckebo

Funktionsansvariga:

Lågehallarna: Fredrik Lundquist

Vägvisning, vätskekontroll: Gert Nilsson

Start. Leif Karlsson

Mål: Göran Lassing

Sekretariat: Nils-Erik Bondesson

Priser : Inger Lindholm

Tidtagning: SportIdent Gunnar Larsson

*Marknadsloppet
Gunnar Lundquist
0415-10091*



Nationaldagsfirande 6 juni

Även i år kommer nationaldagen att firas på Hörby idrottsplats. Nytt för i år är att det kommer att fungera som en picknick på gräsmattan. Det är fritt fram att breda ut sina filtar och ta plats. Det kommer också finnas en scen samt en mindre försäljning.

Firandet börjar 15.00 på idrottsplatsen. Då blir det uppträdande, uppvisningar, utdelning av utmärkelser, högtidstal mm. Klockan 16.00 kommer Danne Stråhed och underhåller i en timme.

*Välkomna
Hörby kommun*

Tävlingen 18 mars

Söndagen den 18 mars genomfördes vår egen tävling i skogarna kring Ekeröd. Vädret bjöd på en del regn och blåst – detta påverkade dock inte tävlingens genomförande nämnvärt. Under dagen flöt arbetet på bra och utan intermezzon. Förarbetet vid TC lämnade dock en hel del övrigt att önska, det var ett fåtal som kämpade med uppbyggandet.

Det var 481 anmälda till tävlingen (353 vuxna och 128 barn/ungdomar), varav 420 startade.

Juryrapporten visade inte på några svagheter i arrangemanget, och slutkommentaren var "Väl genomförd tävling i svåra förhållande". Med svåra förhållanden avsågs vädret, så vi har all anledning att vara stolta över ett bra genomfört arrangemang.

Styrelsen



**Färs & Frosta
Sparbank**

Den enda bank du behöver.

www.fofspar.se

På gång i klubben

Tisdagsträningar för alla

Våra ungdomar har träningar varje tisdag fram till vecka 22, sedan är det uppehåll och träningarna börjar igen vecka 34. Alla som vill ges nu möjlighet att delta i dessa träningar. Program fanns i förra numret av Frostabladet.

Ungdomssektionen

Torsdagsspa

Torsdagsspaet tar nu sommaruppehåll. Spaet öppnar upp igen när höstkylan börjar göra sig påmind, håll utkik i kommande nummer när det är höstpremiär!

Styrelsen

Utedart 5 maj

Den 5 maj är det dags för årets dartmästerskap utomhus! Klockan 16.00 börjar vi, därefter blir det förplägnad av sedvanlig form. Anmäl ditt deltagande till tävlingsledaren Gunnar Lundquist (0415-100 91).

Styrelsen

Arbetsdag 19 maj

ALLA klubbmedlemmar i Frosta OK är välkomna till klubbhuset kl 10.00 den 19 maj. Vi hjälps åt med städning av Lyckebo, både inomhus och utomhus. Vi avslutar sen med grillning cirka kl 14.

Väl mött!

Tekniska sektionen

Skåneledsvandring 20 maj

Nu är det åter dags att gemensamt vandra på Skåneleden. Enligt önskemål fortsätter vi där vi slutade förra året i Kivik. Nu går vi från Kivik till Vik, sträcka cirka 10 km. Orkar vi, kan vi fortsätta till Baskemölla, då blir sträckan 13-14 km.

Efter avslutad vandring tar vi oss tillbaka till Kivik, där vi kan äta en silla-macka eller annat på Buhres Fisk.

OBS ! Vi samlas på parkeringen vid buss-stationen i Hörby kl. 8.30 för samåkning och gemensam avfärd. Ingen anmälan behövs, alla välkomna.

*Väl mött den 20 maj
Åke Westerlund*

Klubbmästerskap dag 1 september

Den 1 september är det inplanerat årets klubbmästerskap! Boka in dagen i kalendern redan nu. Mer information kommer senare.

Tävlingssektionen

H U S V A G N
P O L A R eller A D R I A
ny eller begagnad
hyra eller köpa
kontakta
SKÅNES
HUSVAGNSCENTRUM
040/436030
Tomas och Mariann Karlsson

Ungdomsinformation

U-cuper

Datum och tider för u-cuperna är klara. Nytt för i år är att vi samarbetar med sydvästra kretsen och har möjlighet att delta i sex stycken ungdomstävlingar.

22 maj	18.30	Malmö OK
27 maj	14.00	Ringsjö OK
9 juni	14.00	Lunds OK
28 aug	18.00	Frosta OK
15 sept	14.00	Eslövs FK
6 okt	11.00	OK Kontinent (stafett)

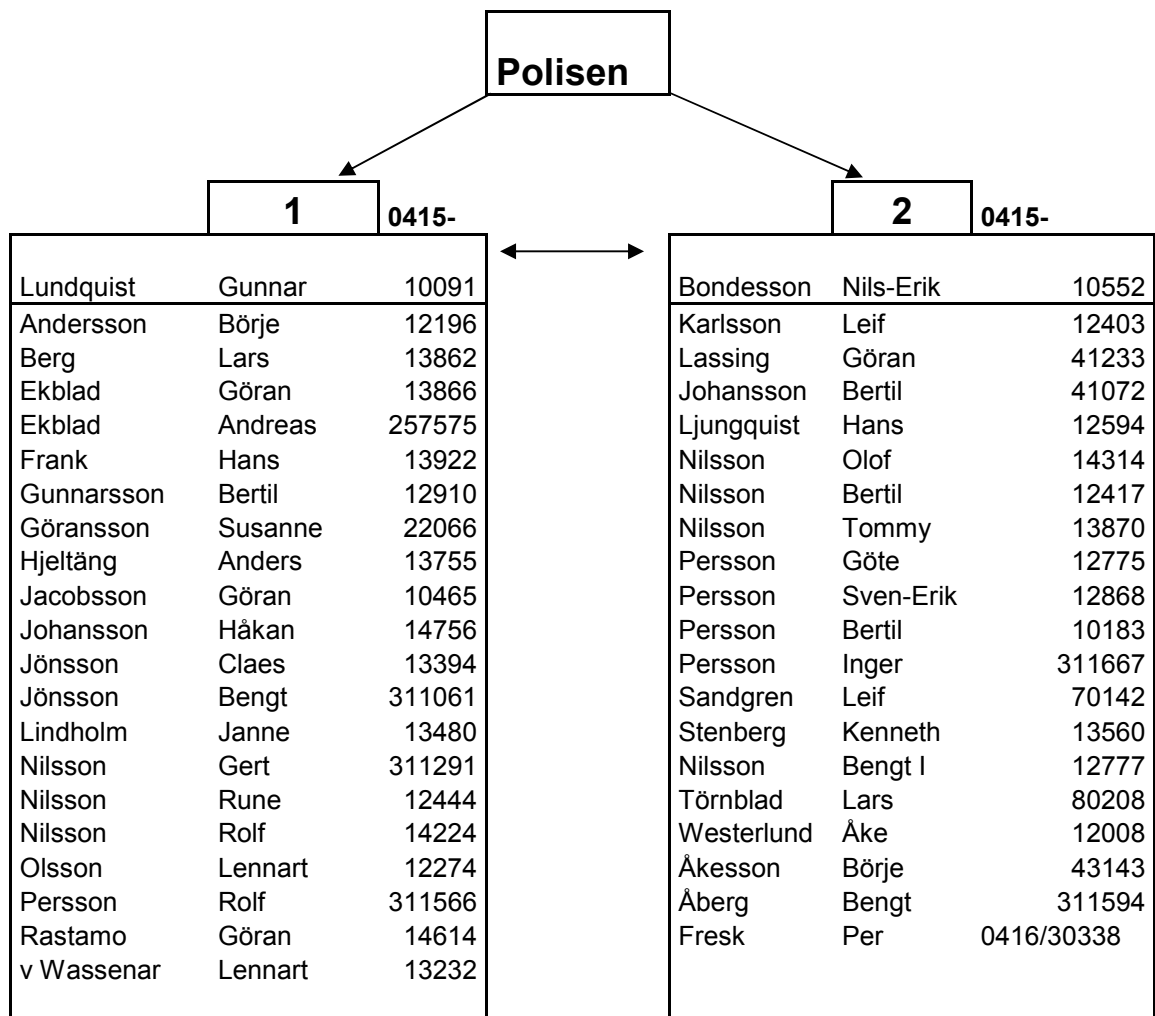
Pia-Maria lämnar mer information (avfärd, anmälan mm) när det drar ihop sig!

Ungdomssektionen

Träningarna

Vecka	Träning	Nr.	Plats	Dag	Tid	Huvudansvarig
16	Uteträning	1	Bjävröd	Tisdag	18.00-19.30	Sven-Erik Persson
17	Uteträning	15	Ekeröd	Tisdag	18.00-19.30	Leif Sandgren
18	Uteträning	11	St Mangnhild	Tisdag	18.00-19.30	Fam. Lassing
19	Uteträning	10	Rättefällan	Tisdag	18.00-19.30	Bror Elofsson
20	Uteträning	17	Bjävröd	Tisdag	18.00-19.30	Bengt Åberg
21	Uteträning	2	Ekeröd	Tisdag	18.00-19.30	Lars Berg
22	Uteträning	16	St Mangnhild	Tisdag	18.00-19.30	Bertil Gunnarsson
23-33	Ingen aktivitet					
34	Uteträning	3	Rättefällan	Tisdag	18.00-19.30	Fam. Hjältäng
35	Uteträning	6	Bjävröd	Tisdag	18.00-19.30	Leif Karlsson
36	Uteträning	8	Ekeröd	Tisdag	18.00-19.30	Janne Lindholm
37	Uteträning	13	St Mangnhild	Tisdag	18.00-19.30	Rune Nilsson
38	Uteträning	15	Rättefällan	Tisdag	18.00-19.30	Gert Nilsson
39	Uteträning	5	Bjävröd	Tisdag	18.00-19.30	Gunnar Lundquist
40	Uteträning	7	Ekeröd	Tisdag	18.00-19.30	
41	Nybörjarträning		Lyckebo	Lördag	10.00-11.30	
42	Nybörjarträning		Lyckebo	Lördag	10.00-11.30	
43	Nybörjarträning		Lyckebo	Lördag	10.00-11.30	
44	Nybörjarträning		Lyckebo	Lördag	10.00-11.30	
45	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
46	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
47	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
48	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
49	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
50	Löpträning		Karnas	Tisdag	18.00-19.30	
51	Ingen aktivitet					
52	Ingen aktivitet					

Skallgångskedja Frosta OK



Instruktion:

- 1 Polisen kontaktar översta namnet på lista 1 eller lista 2, beroende på vem som går att nå
Om ingen av dessa går att nå, kontaktar polisen nästa namn på någon av
- 2 listorna
- 3 Den som blir kontaktad(person **A**) av Polisen ringer till översta namnet på listan sidanom
samt till nästa namn i den egna listan.
- 4 Person **A** ringer neråt i listorna tills han får ett svar, därefter tar den som svarade vid och ringer
vidare ner i respektive lista
- 5 Bryt ej telefonkedjan, även om du inte kan delta kan du ringa vidare så den som
ringde dig kan förbereda sig för skallgången
- 6 Uppge alltid: Vad gäller det? Vem saknas? Var ska vi träffas? Vilken tid? Utrustning?

Tack för din medverkan
Frosta OK 2007-04-19

Frosta OK inbjuder till Kretsmästerskap i terränglöpning

Onsdagen den 23 maj 2007

Plats: Karnas Backe i Hörby.

Banor: Breda skogsstigar i delvis kuperad terräng. En del sträckor är nypreparerade och grusbelagda. Ej lämpliga för spikskor.
Långa banan: 1720 m (=1 varv)
Korta banan: 900 m (=1 varv)

Klassindelning:	M	3 Långa varv	K	2 Långa varv
	M 22	3 Långa varv	K 22	2 Långa varv
	M 35	3 Långa varv	K 35	2 Långa varv
	M 45	3 Långa varv	K 45	2 Långa varv
	M 55	2 Långa varv		
	M 65	2 Långa varv		
	P 8	1 Kort varv	F 8	1 Kort varv
	P 10	1 Kort varv	F 10	1 Kort varv
	P 12	1 Kort varv	F 12	1 Kort varv
	P 14	1 Långt varv	F 14	1 Långt varv
	P 16	1 Långt varv	F 16	1 Långt varv
	P 18	2 Långa varv	F 18	2 Långa varv

Anmälan: Från 18.00 på startplatsen i Karnas Backe

Starttider: 18.30 F 8 – F 12 och P 8 – P 12
18.40 F 14 – F 16 och P 14 – P 16
18.55 Alla M och K samt F 18 och P 18

Startavgift: Ungdomar tom 16 år 30 kr, övriga 40 kr. Betalas kontant i samband med anmälan.

Dusch: Ingen dusch.

Mästare: Minst 2 deltagare måste starta för att en kretsmästare ska kunna koras i en klass. Plakett till segraren.

Upplysningar: Fredrik Lundquist, 046-212 7324 alt 070-654 7324

Välkomna önskar Frosta OK!

Jourlista Lyckebo

Glöm inte din jourvecka! Vi vill ju alla ha en fin och välskött klubbstuga. Om vi kan hålla stugan i fint skick och den ansvariga besöker stugan under sin vecka kan vi även hålla tjuvarna borta. 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.

VECKA	ANSVARIG	TELEFON
18	ROLF PERSSON	31 15 66
19	SVEN-ERIK PERSSON	128 68
20	PER FRESK	0416-30338
21	ANDREAS EKBLAD	257575
22	LEIF SANDGREN	701 42
23	BROR ELOFSSON	046-256033
24	BENGT ÅBERG	31 15 94
25	BÖRJE ÅKESSON	431 43
26	BÖRJE ANDERSSON	121 96
27	LARS BERG	138 62
28	LEIF KARLSSON	124 03
29	JANNE LINDHOLM	134 80



Hörbyorienterarna