

FROSTABLADET

5-2009



Hyrespolicy

Skallgångskedja

Bastu på Lyckebo

Höstträff



Ordföranden har ordet

Hej på er!

Hösten har gjort sitt intåg, med gulnande löv och kalla morgnar. Vinterjackan har plockats fram ur garderoben och handskarna är framletade. Återgång till normaltid gör i alla fall att morgnarna inte blir riktigt lika mörka som de varit under oktobers början.

I klubben har vi genomfört natt-DM, med ett mycket fint TC och bra banor. Arrangemanget gick bra och smidigt, och de som sprang verkade nöjda de också.

Vi har också genomfört skol-OL för kommunen. Även detta löpte på bra, utan några större incidenter. Jag tycker det är uppmuntrande att skolorna är så nöjda med vår insats år efter år. Därför är det extra roligt att vi blivit beviljade medel från Handslaget för årets arrangemang – med en summa av 20.000 kronor!

Så en stor eloge till alla ni som varit med som funktionärer på klubbens olika arrangemang! Utan er insats – inget arrangemang.

Diskussionen om nybörjarkurs har fortsatt, och du som är intresserad av att hjälpa till eller komma med tips och idéer – hör av dig till Viveka L så samordnar hon. Tanken är att kursen ska rikta sig till alla – barn, ungdomar, vuxna. Det finns en del intresserade nyinflyttade i byn som hört av sig, och en del ungdomar efter skol-OL-arrangemangen.

Framöver har vi julavslutning/skink-löpet på programmet. En höstträff på Lyckebo finns också med, liksom traditionella Natt & Dag (där vi knep totalsegern förra året).

Ha en fortsatt fin höst!

Vi ses!

Fredrik Lundquist

Redaktören har ordet

Har du något du vill ha med i tidningen. En egen artikel, en idé om vad vi kan skriva om, en rolig tävling, eller kanske lite matnyttig information till alla andra orienterare i klubben. Här i så fall av dig till redaktionen!

Sista datum för insändare till nästa nummer av Frostabladet är den 15 december, maila redaktionen på linda.tufvesson@miljo.lth.se eller ring 0706-210 212. Det går även att skicka in bidrag till tidningen med vanlig post. Adressen är Myntavägen 16, 237 37 Bjärred.

Linda Tufvesson, redaktör

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.

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	Viveka Lassing	0415-412 33
Marknadsloppssektionen:	Kersti Lassing	073-074 12 33
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*



Lås och nyckelbyte

Lås och nyckelbyte är på gång på Lyckebo. Ni som har behov av egen nyckel och vill göra en insats som jourhavande* till stugan 1-2 veckor per år, kan kontakta Viveka Lassing på tel 41233, eller komma till Lyckebo lördagen den 31/10 kl 13-16 så ordnar vi detta.

*Jourhavande stugvakt = hämta posten. Se till att det ser snyggt ut i och omkring klubbstugan. Vid behov klippa gräs och skotta snö, samt att vara tillgänglig om någon utan nyckel behöver komma till klubbstugan.

*Tekniska kommittén
Viveka Lassing*

Höstträff (Öppethus)

Lördagen den 31 oktober 13.00-16.00 träffas vi på Lyckebo. Promenader, joggingtur, dusch och bastu för de som önskar. Korvgrillning och kaffe och bulle serveras.

*Välkomna!
Tekniska sektionen*



Bastu-Spa på Lyckebo

Välkomna att stressa av i den härliga bastun på Lyckebo!
Tiden på torsdagar är 20.00 – 21.30.
Efter bastun bjuds en kopp kaffe/te. Ta gärna med en frukt också om du så tycker.

Spa-gänget

Natt och Dag

I november anordnar Frosta OK tävlingen Natt & Dag. Mer information kommer senare, håll utkik på hemsidan!

Tränings- och tävlingssektionen

Hyrespolicy

Lokal

Lyckebo

Lokalens adress

Uggleborgsvägen 521, 242 95 Hörby .

Lokalen består av följande ytor: kök/ storstuga, bastu/ omklädnad, förråd

Lokalen omfattar även följande: yttre grönområde, lekställningar

Lokalens användning

Lokalen med tillhörande utrymmen får endast användas av Frosta OKs medlemmar och då för orienteringsrelaterad verksamhet.

Lokalens uthyrande

Lokalen med tillhörande utrymmen kan hyras ut till föreningar (motsv.) och då för idrottsrelaterad verksamhet (tex. läger, årsmöte). Uthyrning regleras genom att hyresavtal upprättas. Hyresavtal godkännes av medlem i styrelsens VU eller sammankallande för tekniska sektionen.

Hyra

För lokalen utgår då en hyra med 300 kronor för del av dygn (exkl övernattnig) eller 600 kr för helt dygn (inkl övernattnig). Hyran är till för att täcka merkostnader som Frosta OK ådrar sig (tex. vatten- och elförbrukning)

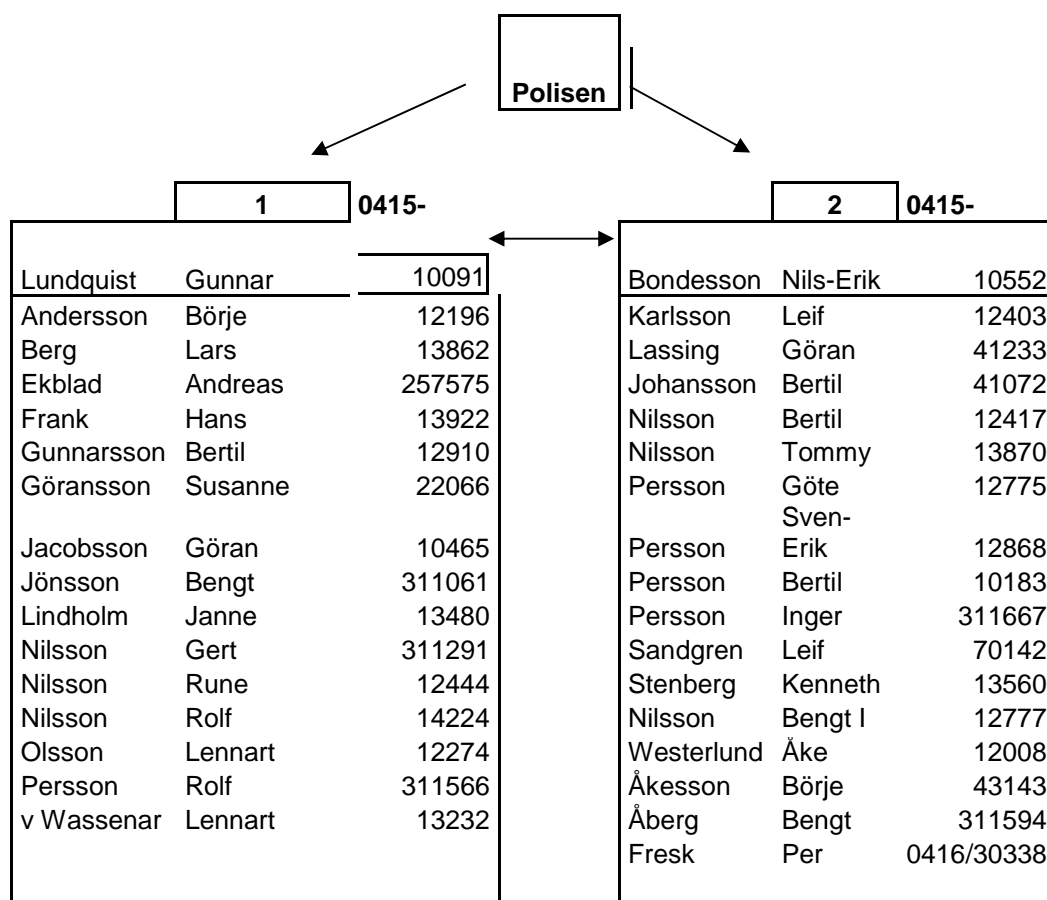


**Färs & Frosta
Sparbank**

Den enda bank du behöver.

www.fofspar.se

Skallgångskedja Frosta OK



Instruktion:

- 1 Polisen kontaktar översta namnet på lista 1 eller lista 2, beroende på vem som går att nå
- 2 Om ingen av dessa går att nå, kontaktar polisen nästa namn på någon av listorna
- 3 Den som blir kontaktad (person **A**) av Polisen ringer till översta namnet på listan sidan om 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 2009-10-19

bilmånsson

Jourlista

		JOURLISTA LYCKEBO	
	VECKA	ANSVARIG	TELEFON
		Avgående kontakter efterföljaren och	
		jourhavande bevakar själv.	
2009	42	LEIF KARLSSON	124 03
	43	JANNE LINDHOLM	134 80
	44	GÖRAN LASSING	412 33
	45	BERTIL JOHANSSON	41072
	46	ROLF NILSSON	142 24
	47	NILS-ERIK BONDESSON	105 52
	48	GUNNAR LUNDQUIST	100 91
	49	BENGT I NILSSON	127 77
	50	BENGT-Å NILSSON	31 17 24
	51	GERT NILSSON	31 12 91
	52	RUNE NILSSON	124 44
	53	ARVID OLSSON	136 06



Hörbyorienterarna