MOTALA AIF ORIENTERINGSLAG:s skriptum

QVISTKNÄCKAREN

2003 - 2 nr 140 sedan starten

REDAKTIONS
ADRESS:

Thomas
Svensson
Karlsbyvägen 22
591 96 MOTALA
Tel. 0141/432 47
e-post:
solbacken.karlsby.thomas
@telia.com

Medredaktörer:
Karin Wärn

Foto. Krister Berger

Vårystra MAIF:are på läger i Skåne

Innehåll ...

- MAIF-OL Årsmöte
- Alpin Orientering
- PÅ och AV listan.
- Resultat
- VM-guld i Australien
- Portugal
- Vårlägret
- Med mera, med mera …..

Utgivningsplan 2003

		Manusstopp
Nr 3	1/6	20/5
Nr 4	15/8	5/8
Nr 5	1/11	25/10

MAIF-OL:s PÅ och AV sida

ABSOLUT PÅ:

- Vårsäsong, kort men intensiv.

PÅ:

- Träningsläger i skåne
- Sport-Ident i Tio-Mila

AV:

- Kalla Duschar

EXTREMT AV:

- KOLMÅRDKAVLEN, VICKEN FARS !
- Snö i April

ORDFÖRANDEN HAR ORDET

10/4.
Har just genomfört ett träningspass i snö. Kavleträning i underbar terräng väster om Å. Vem trodde det efter den varma och sköna marsavslutningen. Men vi orienterare backar ju inte för lite snö.

På Årsmötet tog vi en del offensiva beslut:
Rita ny karta är ett sådant, SOL-skola är ett annat.
När det gäller kartan så kommer den att kosta mycket pengar. Men det finns medel på banken som täcker den förmodade kostnaden.
Från Alliansen kommer vid inte få någon hjälp. När det gäller fördelningen av de pengar som kommer från Vätternrundan görs inga ändringar. Detta trots att styrelsen både muntligen och skriftligen försökt förklara att Idrottsplatsen SKOGEN kostar pengar. Hade vi kunnat bedriva vår Idrott på Idrottsparken så hade vi inte haft någon kostnad alls.

Detta tas ingen hänsyn till. Inte heller det faktum att orienterarna under alla år jobbat överlägset flest timmar av alla MAIF-klubbarna.
Men vi skola icke misströsta utan enträget jobba på för att få en rättvisare fördelning av Vätternrundans överskott.
Snart är det dags för Tio-Mila. Arrangörerna har verkligen tagit ett rejält grepp om det mesta. Nu skall det bli storbilds-TV, ändrat stämplingssystem (Sport-Ident), plus en del annat smått och gott. Nu hoppas man ju bara att man får vara med.

Så träna mycke' och väl.

Thomas

VM-GULD, VM-GULD, VM-GULD…...

Tack

VM-segern har fått många att höra av sej med gratulationer och glada tillrop – så först av allt **– tack allesammans!**
Vinst är härligt – att den uppmärksammas gör den än härligare.
Detta om detta – nu till en mer handfast beskrivning av de tre veckor jag och dotter tillbringade Down Under.

Före finalen
Veteran-VM i OL var denna gång en liten del av World Masters Game, massor –25 000- veteraner i mängder av olika idrotter och pampig invigning i Melbournes baseballstadion, tar
100 000 sittande åskådare – som till vardags ser på en idrott där deltagarna knappt kan hålla sej varma en normal sommardag. Vann f ö Sverige nå´t OS-guld –56 i Melbourne? Lasse Hall? Kanot? Värja? Minnet är inte vad det var, men gamla meriter gäller ju inte i nya tävlingar.
Vidare så från storsta´n till en långt mindre pampig invigning av OL-mästerskapen i Bendigo, lite tal och sån´t och en publik av tävlande och andra närmast sörjande. Staden Bendigo har i alla fall ett VM-förflutet – att Annichen Kringstad vann sitt 3:e VM här – 85 minns jag i alla fall.På em och påföljande dag gällde kvalificering i snäll öppen terräng – och min norske medtävlare Martin Dreng framstod redan i förväg som den givne VM-segraren, var långt före alla andra i kvalen, men men…

Guld förr
Nästa dag for Laila med sin far till Ballarat i stället för att testa finalterrängen. Där i Ballarat hittades guld på 1860-talet och 10-tusentals människor lockades hit av ryktet, vilket precis som i Kalifornien och Alaska var överdrivet för att uttrycka sig milt. Några få blev rika och de övriga förblev lika fattiga eller blev ännu fattigare trots omänskligt slit. En verklighet långt ifrån den som ett antal skolbarn upplevde vid sina vaskpannor. Barnen fann inget guld – dom heller – men var glada ändå.

Guld nu
De som varit i finalterrängen var även dom glada – skadeglada närmast – när man berättade om de hemskheter som väntade under morgondagen.
Och vad rätt dom hade – som att jämföra stadsparkens gräsmattor med den vresigaste delen av Håleberget. Springa var det inte att tänka på – här gällde att hitta lättaste vägen och den rätta. En ”Minst fel vinner”-bana. Och så där många fel gjorde jag inte i ensamheten. Mina klena kvallopp som gav tidig start och därmed ostörd orientering var nog ingen nackdel – det guld som inte fanns Ballarat vare sej då eller nu hittade jag i Koonyooara State Park. Så det kan bli när det vill sej. Å sikten är fin när man står allra överst.

VM-GULD, VM-GULD, VM-GULD…...

Nya Zealand
Så var det då dags att semestra – början blev dock inte nå´t vilsamt, upp mitt i natten och flyg till Christchurch på New Zealands Sydö. Vi stannade i fem dagar på ön men skulle gärna ha stannat längre. Här finns höga berg med snö mitt i sommaren – fina stränder med gnistrande klart vatten – ursprungligt djurliv i djupa skogar. Märkliga ortsnamn med maorisk bakgrund, smaka på Kopara, Hampiri, Ikamatua, Kowhitirangi t ex. Och förstås många platser med historia från den tidiga koloniseringens dagar. Den pågår väl fortfarande men nu för tiden är det inte särskilt lätt att bli medborgare här om man är född nå´n annanstans.

Australien - igen
Med viss saknad lämnade vi Sydön och flög till Cairns i Australien. Här långt norrut i landet är man i tropiska trakter med regnskog – likafullt såg vi en skogsbrand och från tåget som tog oss upp till regnskogslandet skulle vi få se ett vackert vattenfall, men tji fick vi, uttorkat. Som det inte kom något mer regn på hela sommaren är det lätt att föreställa sej hur jättebränder kunde uppstå.Men vatten fanns det längre upp –vi åkte t o m amfibie i Karandas våtmarker och fick en tryckt information – på svenska. Inte illa.
Men regnskog i all ära – det stora i Cairns är närheten till världens största korallrev, Stora Barriärrevet, en av pärlorna på FN:s världarvslista. Dit ut ska man bara – beroende av ålder och visdom kan man dyka, snorkla, harpunera fisk eller bara bada. Eller åka båt med glasbotten och titta på koraller och fisk – äta fisk gick likaså. Resans turistiska höjdpunkt, i klass med Operahuset i Sydney. Det är inte helt ovanligt att turister som kommer hit blir så fascinerade av revet och havet att dom stannar livet ut.

Hem ljuva hem
För min kära dotter var resan förstås också en härlig upplevelse men hon fick det lite jobbigt, omgiven som hon var av grymt vältränade människor ständigt på gång med nya utflykter och vandringar. Så lite hemlängtan hade vi gemensamt när planet som skulle ta oss hem lyfte och såvitt jag vet återvände alla Nordahls resenärer till Sverige. Flygkrångel gjorde i och för sig hemresan längre och äventyrligare än beräknat – men det är en helt annan historia.

Gunnar

ALLA Orienteringssugna MAIF:are :
Boka redan nu **23-25/5** för klassikern

BJÖRKALÄGRET !

Björkastugan för
50 års sedan.

Öppet brev
till MAIF-OL:s löpare

Vi tycker det vore skraltigt, om vi inte kunde ställa upp med två lag på Tjoget i år.

Vi uppmanar alla MAIF-orienterare att stryka för helgen 5-6 juli i almanackan redan idag och avsätta den för ett Tjoget-lopp.

Vi tycker, att alla vana Tjoget-löpare ska tala med dem, som inte varit med förr, och framhäva tjusningen med att vara med på Tjoget.

Vi tycker det är viktigt att alla MAIF-orienterare får chansen att vara med om en riktigt rolig budkavle.

Därför vill vi, att MAIF-OL ska delta med två lag i årets Tjoget.

Lisa Korall
Anders Hedin

Alpin orientering i Idre fjäll

Av Lisa Korall

Alla ni som har skogssport nummer 1 för i år har kunnat läsa om alpin orientering Idre fjäll. Vi var några närmre bestämt Petra, Anna Leo och jag (Lisa) som skulle testa denna ”nya sporten” för en dag när vi var där vecka 6. Det började med att vi åkte till receptionen Idre fjäll för att hämta kartor. I princip kunde vi ha tagit kartan i skogssport men det är ju inte så bra att åka omkring med en tidning, och dessutom snöade det och vi hade inte någon plastficka. Väl framme vid receptionen utrustade med tre par skidor, en snowboard, en emitbrick och ingen kompas så frågade vi efter en karta. Hon i receptionen gick iväg och kom tillbaka med en väldigt stor karta över städjan. (Den kartan brukar användas på sommaren). Det var ju fel karta. Vi försökte en gång till.
”Det är en karta med kontroller på”.
Hon gick iväg och kom tillbaka med en karta med ringar utmärkta. Alltså precis likadan karta som gången innan fast med kontrollpunkter på.
”Nej, det ska vara en karta som man kan åka med i liftsystemet med slalomskidor inte längdskidor”.
Hon i receptionen sa att de inte hade några sådana kartor. Vi försökte för tredje gången att få rätt karta.
”Vi har sätt kontroller uthängda”. Hon gick därifrån och kom tillbaka.
Under tiden stod vi och lyssnade på en dansk man som skulle försöka förklara för damen

bakom disken att han hade köpt fel liftkort. Idre Fjäll söker en som kan danska.
Hon som hjälpte oss med kartorna kom tillbaka utan någonting.
”Ni kanske kan vänta ett litet tag, det kommer en som vet mer”
Efter ännu en stund så kom hon med en väl inplastad karta över Idre fjälls lyftsystem. Kartan var inplastad i hård plast och det fanns resår att knyta runt midjan. Antagligen för att man inte skulle tappa den när man satt i stolsliften. Ja äntligen var vi på väg till startpunkten som låg högst upp på toppen. (för att lättare hänga med så hänvisar jag till kartan i skogssport)
Som jag redan har skrivit så skulle vi längst upp på toppen i blåst, snö och dimma men vi är ju orienterare. Väl framme vid startpunkten så åkte emitbrickan upp ur fickan. Det var emit som gällde. Och så gick våran tid igång. Hur lång tid skulle det ta? Det tar väl inte så lång tid tänkte jag. Det är ju bara att åka upp och ner i några backar.
Till ettan var det egentligen inga större problem en grön färgad backe och vi åkte spik på den. Andra kontrollen var precis likadant fortsätta backen neråt och så satt den där. Vi hittade kontrollen fast själva skärmen inte fanns men emitenheten fanns där. Ja då var det bara och sätta sig i stolsliften, och åka upp till toppen av berget. Till trean så var det en jättelång sträcka och det är svårare än vad man tror efter en liten bit med hjälp av transportliften som går längst upp på berget så skulle vi försöka läsa in oss. Och lättast var om man läste på staketen. De stämmer någorlunda bra. Jag som åkte först av oss missade kontrollen lite men Anna såg den och jag var inte så långt ner i backen. Till fyran var det inte så mycket att göra följa backen och så satt den där. Okej det var väl inte så att man åkte på den utan Petra fick ta av sig skidorna och gå några meter. Femman ligger ganska så öppet men i snöstorm så är det ganska svårt att hitta den. Men duktiga orienterare som vi är så hittade vi den direkt. Petra och jag fick åka till den Leo och Anna stod och tittade på oss. Till kontrollen var det princip platt och åka där med slalomskidor och opistat är ganska så jobbigt i snöstorm. Till sexan var det inte så svårt heller men vi hittade den inte. Eller kontrollen fanns inte för vi var rätt. Till sjuan så var det en liten stig i skogen som man skulle åka där har nog ingen kört i vinter. Det var nämligen massor med snö. Väl framme vid sjuan så hade vi bara en kontroll kvar och målet. Sträckan mellan sjuan och åttan är i mitt tycke den bästa sträckan på hela banan. Det finns nämligen vägval. Vägval ett är den backen som går igenom stugbyarna väster ut. Det andra och det vägval som vi tog är förbi ettan och tvåan och upp liften transportlift uppe på toppen och så ner till åttan. Och så var det målet. Målet var egentligen en besvikelse nu hade vi åkt runt banan på ganska så lång tid 3 timmar 12 minuter. Det fanns ingenting där ens inte en skärm. Och vad skulle man då ha emitbrickan till när man inte fick stoppa tiden.
Jag tycker själv att det var en bra idé att ha orientering med slalomskidor men det fanns ingen reklam eller någon annan information om det. Det kunde SOFT ha gjort bättre. För jag tror att det skulle kunna vara ”vanliga” människor som skulle kunna tänka sig att åka det. Det var ju knappt att vi fick tag i kartorna. Om vi inte hade varit så envisna så hade vi inte fått dem. Om man har åkt slalom eller dylikt någon gång så kan man i princip åka banan eftersom den går i gröna och blå backar. Allra bäst hade nog varit om vi hade åkt telemark inte för att jag har provat det men det hade nog inte blivit så jobbigt till femman.
Och så till sist: Vad har Åre? Idre fjäll har Alpin orientering, kortare resväg från Motala, billigare liftkort, bra backar och bra längdskidspår.

Idre fjäll har allt.

Vårläger i Skåne

Dagbok från Vår lägret
Av: Sofia Fransson

Dag 1

Vi samlades på onsdag kvällen vid IP klockan 17.00. för att packa in oss i bilarna. Vi stannade på vägen ner på det vanliga "stället" Hörle. En del var tvungna att sitta i mörkret vid deras vanliga bord. Medan de andra stod i ljuset. Vi kom ner vid 21.45, då placerade vi oss in i rummen som man bodde 3 och 3 i. De flesta bäddade utom dom som gjorde kvällsmaten. När vi ätit gick vi och lade oss.

Dag 2

Vi gick upp vid 7.30 utom dom som gick upp tidigare för att göra frukost. Vi åt frukost sedan ritade man in sin bana och klädde sedan på sig. Vi åkte i väg vid 9.30. Det första trä-nings passet var vid havet och sand dynor. Man sprang en del på stranden som var väldigt svårt. Men man sprang också i tallskog. Efter träningen åkte vi tillbaka och duschade och åt mellanmål. Efter det rita alla in sin bana utom dom som hade middagen som förberedde den. Sedan var det bara att ta på sig träningskläderna igen. Det andra passet var det roligaste av alla tycker jag. För det första var det 1:5000 del för det andra var det roligt för det var så många stenmurar att hoppa över för det tredje var stenarna så himla stora. Min pappa är dock väldig klantig och stukar foten på ett lustigt sätt. Så han kom haltande tillbaka. Efter träningen åkte vi tillbaka och duschade och åt middag. Efteråt gick många tillbaka till stugan där vi sov. Men jag, mamma, pappa och några till var kvar där vi åt eftersom vi skulle äta efterrätt lite senare. Vi åt efterrätten vid niotiden sen gick många och lade sig och en del rita in sin bana till morgondagen innan dom gick och lade sig.

Dag 3

Vi gick upp lika tidigt som gårdagen. Vi åt och jag hade då fått risgrynsgröt av Anders Hedin. Efter maten gick vi och klädde om till träningskläder. När Krister Berger kom ut till sin bil hade han fått punka på höger fram däck, som han var tvungen att byta. På förmiddagen var det än en gång vid havet, men ingen hade någon kontroll vid havet eller sanddynor. Vi tränade och sedan åkte vi tillbaka och duschade och åt middag eftersom vi skulle springa natt. Efter maten gick många och la sig och för att vila . Men jag , mamma , Carina och Sofie gick och tittade hur stan Everöd såg ut. Efter det gick några och gjorde mellanmål innan vi skulle åka iväg. Till mellanmålet var rusningen inte så stor kan man säja som dom andra gångerna vi ätit för ingen var så värst hungrig, men man var tvungen att äta innan vi skulle träna. Efter vi ätit ritade en del in Ramon hade redan gjort det. Sedan var det bara att ta på sig kläderna igen. Träningen var nära en camping vi sprang på den ibland. Natten var väldigt rolig för att det var så öppet så man såg kontrollerna väldigt bra. När vi kom tillbaka duschade vi och åt kvällsmacka sen gick alla och lade sig.

Strandskog vid Århus

Dag 4

Den här morgonen fick vi sova en timme längre. Efter frukosten ritade vi in våra banor och sedan bytte vi om. Den här träningen var den sista, den låg också vid havet. Vi var också i ett kvarter med hus. Den träningen gick också bra. När vi kom tillbaka duschade vi och åt mellanmål. Sen tog de flesta det lugnt innan vi skulle iväg och äta på Kinaresturangen. Sedan åkte vi till restaurangen och åt. Det var ganska jobbigt för vi fick vänta länge på maten, ungefär en timma. Men man fick mycket mat så när vi åkte hem var jag så mätt att jag trodde att jag skulle spy. När vi kom hem gick alla å lade sig, eftersom vi skulle gå upp så tidigt nästa morgon.

Dag 5

Vi började med att gå upp 5:30 Vi åt frukost och tog sedan på oss tävlingskläderna. Vi packade klart det som vi inte hade packat på lördag kvällen, och packade in det i bilarna. Sedan hjälptes vi åt att städa lokalerna. När vi städat klart åkte vi iväg till tävlingsplatsen. Terrängen var väldigt annorlunda jämfört med de vi hade tränat i, så jag gjorde bort mig på två kontroller. Men det gick bättre för andra, t.ex. Maria som vann D40. Efter fika och dusch väntade vi på de lottade priserna. Krister Berger vann men han hade precis åkt så Lisa fick hämta hans pris. Det var en stor växt som jag och Ramon fick ha mellan oss i bilen. Efter typ halva vägen stannade vi och åt. Jag åt fiskpinnar och potatismos. Mums. Resten av vägen så sov jag. Jag var väldigt trött efter alla hårda träningspass.
Det var mitt första men absolut inte det sista.

Portugal 2003

Portugal 2003
På Mariadagen som detta år var en fredag lämnade mor och jag ett moddigt Landvetter med ett mindre flygplan som fick oss att värdesätta vår litenhet, att Air France har trassel med sin ekonomi kunde vi förstå. Men vi fick mat och kom fram och kom ned i Paris. Därifrån tog oss samma bolag, men med ett anständigare plan, till Porto. Där rådde regnstorm, molnhöjden var noll och landningen direkt obehaglig. Turligt nog hade Air France utbildade piloter i cockpit denna kväll.
Efter det sedvanliga trasslet fick vi ut våra minibussar och åkte i ösregnet norrut till Viana de Castelo vid Rio Limas utlopp i Atlanten. Sen middag och i säng med värmen på för fullt och med alla tillgängliga filtar ovanpå.. Enligt damen i portierlogen skulle regnet sluta under natten.
Så blev det nu inte riktigt men intensiteten i regnandet hade avtagit och när vi efter en bra frukost omsider for iväg ett antal mil inåt landet och upp ca 700 m upphörde all nederbörd.
Vi parkerade våra bussar på ett industriområde och äntrade arrangörernas fullstora och fullsatta bussar för ytterligare hundra meters stigning på slingriga grusvägar. Mardröm sa mor som ogillar stup intill vägen när räcken saknas. Vi mötte dessutom en annan buss på uppvägen men sannolikt hade även bussförarna nå´n slags pilotutbildning.
Efter alla dessa äventyr blev det så äntligen start på första etappen av ”Portugal- International O-Meeting” som tävlingen kallas. Mor som blir allt bättre hittade alla skärmar på raken och kom trots den starka kuperingen i mål på en riktigt anständig tid. Själv missade jag kopulöst och stämplade dessutom fel, livet är inte alltid vad det borde vara. Snälla kamrater fällde en och annan kommentar, ”lite dyrt träningsläger” hörde till dom vänligare. Men det är smällar man får ta.
De följande två dagarna bjöd på strandskogsorientering alldeles utanför Viana och vädret bättrade sej alltmer, så gjorde mor å och efter tredje dagens dryga femkilometersbana var hon 2:a och kunde njuta av vårvädret som nu infunnit sej. På kvällen strosade vi runt i gamla staden där tävlingen skulle avgöras nästa morgon med ett gatlopp. Många hus finns från Portugals storhetstid på femton- och sextonhundratalet och gränder-nas stenläggning verkade ännu äldre, många gränder slutade dessutom med en stängd port. Inte helt lättorienterat kunde vi ana och mor gruvade sej.
Det hade hon dock inte behövt, hon behöll sin andra plats med glans och fick ett riktigt fint fat som belöning. Dessutom ont i fötterna av det hårda underlaget men som tidigare poängterats, utomlands får man ta en och annan smäll.

Spanien
Efter prisutdelningen drog vi iväg mot Puebla de Sanabria i Spanien för några dagars semester. Den här tisdagen är karnevaldag, vi såg dock tågen i tid och kunde krångla oss runt utan att fastna som förr om åren, erfarenhet betalar sej. Får jag passa på att rekommendera hotell Gallego i Sanabria, varma! och stora rum och med ljuvliga sängar.
Tre härliga dagar ägnade vi åt nationalparken som ligger norr om Sanabria och på höjder upp mot 2000 m. Lätt frost på natten och sol på dagarna, vi vandrade i bergen och tittade på lokala sevärdheter, jökelsjöar och varggropar bla annat. I det här hörnet av Spanien och i nordostligaste Portugal finns än i dag en stark vargstam, ca 1000 individer berättade vår guide, tänkvärt på en yta stor som Blekinge. Hela Sverige verkar för trångt för en stam på hundra, man undrar ibland. Lite politisk historia noterade vi också, vid gränsen till parken ligger en liten by, nå`t femtiotal hus, de flesta jämförelsevis nybyggda. Den bakomliggande historien är en brusten damm uppströms vars flodvåg sopade undan de flesta husen i byn och dränkte invånarna i sömnen.Katastrofen ägde rum under Francotiden och mörklades av regimen, först efter mer än tjugo år kunde de efterlevande resa ett minnesmärke över sina döda anförvanter och skriva den fulla sanningen om händelsen.
Sista dagen i Spanien ägnade vi förmiddagen åt en stadsvandring i Ouense känt för sin katedral – förstås – och för sina varma källor. Vattnet ska enligt sägnen ha en botande förmåga, kombineras vattnet med en mässa i katedralen och några ljus á en Euro är helandet så gott som säkerställt.
Sa guiden på spanska, han talade ingen engelska men Irina från Aneby översatte och fick nog det mesta rätt med hjälp av teckenspråk och yviga gester – ren gatuteater stundtals. Källorna tömmer sig i Rio Minho, året om kan man vid utloppet gratis ta sig ett värmande och helande dopp, något vi inte prövade.

Åter till Portugal
Om eftermiddagen återvände vi till Portugal via bergsvägarna över Serra do Geres, nationalparken i NÖ hörnet av landet. Här tryter orden, ett vildare och mer otillgängligt landskap har jag aldrig tidigare sett och färden ned till Rio Cavados källsjöar bjöd på utsikter som fick mor att nästan glömma stupen vid sidan av serpentinslingan. Mäktigt.
I sena kvällen kom vi fram till Torreira, en helt nybyggd semesterort, EU-projekt enligt prydliga skyltar,

men med en liten rest av ursprunglig bebyggelse från det nu tynande fiskeläget vars övergivna båtar låg lite här och var bland sanddynerna. Nya tider och nya seder. Men backalaon består, en slags hårt saltad fisk och nationalrätt i Portugal. Oavsett tillredning är den helt oätlig vilket vi åter kunde notera vid middagen. Den lätt förorättade kökspersonalen fick bära ut mer än dom burit in – ja nästan i alla fall.
På den knappa vecka vi varit i Spanien hade våren i Portugal nästan blivit försommar, ”allt” blommade och tom första skörden av gräs var igång. I värmen deltog vi i en lokal tvådagarstävling med normaldistans dag ett och långdistans dag två. Hårda bud för pensionärer, D35 och H45 är äldsta tävlingsklasserna och banorna desamma för båda könen.
Men det stora samtalsämnet blev vattnet, allt regn hade nu hunnit ner från bergen och vi som startade sent första dagen såg hur alldeles genomsura löpare mödosamt tog sig i mål. Starta inte om du inte kan simma sa reseledare Sunnergren, vi trodde han överdrev en aning. Men icke sa Nicke, alla har vi väl sett någon film från djungeln där hjälten vadar till midjan i vatten genom en gröntät djungel. Precis så var det även här i slutet på banan, med den skillnaden dock att vattnet var svinkallt. Själva kontrollen satt på en höjd mitt i moraset så plums i, upp och stämpla och så plums i igen, väl hundra meter båda gångerna. Huga. Nyduschad redan före målgång, vad allt kan inte OL-sporten bjuda på.
Nästa dags långdistans över sju kilometer fick mor att ge sej efter halva banan, hela tog mej 80 min – ett rejält träningspass. Få se om det kan ge något när vi efter hemkomsten debuterar i 70-klassen i svenska skogar. En lyckad resa var det i alla händelser även denna gång.
Enligt inbjudan till 2004 års upplaga ska tävlingen hållas i den södra delen, ned mot Algarve till. Där nere har vi inte varit – än.
Skrivet av Kalle och censurerat av Mona

ÅRSMÖTET den 10/3

Ett årsmöte är vad ett årsmöte är. En ofta ganska välregiserad föreställning där styrelsen visar upp vad klubben har gjort under den föregående året. Årets årsmöte var inget undantag.
Mötet leddes av Alliansstyrelsens OL-representant Jessica Hallros. Hon kunde tillsammans med övriga ca 25-tal orienterare att vi gjort mycket. Verksamhetsberättelösen var publiserad i sin helhet i förra numret, och vad som tillkom var den ekonomiska berättelsen.

Ekonomi

Klubben gjorde ett underskott under föregående räkenskapsår. Anledningen till detta var att en del av kostnaderna för att ta fram den nya kartan Nordost om Godegård finns med. Styrelsen hade budgeterat ca 45.000:- i kartkostnader med på grund av framtagandet av grundmaterial blev kostnaden ca 120.000:- Underskottet slutade nu på ca 63.000:- Detta underskott var således väntat och täcks upp av de tidigare medel som finns på bank.
Styrelsen framlade även sin verksamhetsplan som innebär att ramställningen av kartan fortsätter i år med rekning. Det kommer också göras en del offensiva insatser för rekryterinen, SOL-skolan m.m.
Den fullständiga verksamhetsplanen finns i Fålehagsstugan, men även på nätet för den som har tillgång till det.

Priser.

Ett årsmöte utan prisutdelning är inget årsmöte. På årsmötet delas ”Stubben” och ”O-ligan” ut. (se mer om reglerna på nästa sida)
Båda dessa priser tillföll i år Emil Svensson.
Ett nytt pris har tillkommit i år. Priset fick namnet ”Årets Skogstroll” och tillfaller den som haft jämnast kilometer tid på KM-kort och DM-klassiskt.
Årets pristagare blev Anders Hedin
Slutningen beslöt styrelsen att dela ut medel från ”Carolus Fond”. Mottagare blev Emil Svensson som erhöll 5.000:- i ett resestipendium.

Redax.

Nostalgisk tillbakablick

MAIF-orienterarnas klubbmästerskap 1944, söndagen den 29 okt. gick i vildmarken runt Tasbygget, Isefall och Jobotorp i Godegård. Drygt 50-talet startande.

Resultat: S

Seniorer:	1	Gösta Odermalm	1.31.03
	2	Gustav Karlsson	1.51,00
	3	Torsten Cederin	1.55,30
	4	Sten Träff	1.57,20
	5	Stig Linderoth	1.57,35
	6	Sven Banck	2.00,12
	7	Svante Magnuson	2.19,00
	8	Ragnar Nilsson	2.19,35
	9	Hans Hedlund	2.36,30
Damer:	1	Eva Källgren	52,25
	2	Astha Nylander	58,20
	3	Barbro Spong	1.04,05
	4	Viola Adolfsson	1.29,25
	5	Sonia Brask	1.50,15

Juniorer:	1	Göte Magnuson	1.05,00
	2	Rune Persby	1.24,45
	3	Sven Erik Eldh	1.26,30
	4	Gunnar Karlsson	1.28,00
	5	Ingar Ahl	2.10,10

Juniorernas och Damernas banor var 7,0 Och 4,3 km. långa.

Största problemet blev Triangelpunkten, som inte fanns på höjdens högsta del, som löparna väntat sig, utan 200 meter ner i sydsluttningen. 6 av de 14 startande bröt här, bl.a. Harald Danell och bröderna Olle och Gunnar Nylander, samt den tidigare SM-löparen Geisner Nilsson.

Sista kontrollens angivelse var oklar. För vad innebär egentligen "Bergkanten". Uppe på berget, i sluttningen, eller nere vid foten.

G.K.

Skalan 1:100 000. Här i dubbel förstoring.

A.banan, 10,7 km.

Start: På en Bergknalle 5 mm. söder är i Nyckelkärret.

K. 1: Nordost 3100 meter. Bäckkröken 2 mm. söder de i Linderö.

K. 2: Ostsydost 1900 meter. Berghöjden 6 mm. sydost Å i Åsa.

K. 3: Sydväst 1700 meter. Triangelpunkten 1 mm. norr andra r i Larstorp.

K. 4: Sydväst 2000 meter. Bergkanten 5 mm. norr Å i Långsjö.

Mål: Västnordväst 1900 meter. Torpet 6 mm. norr c i Börslycke.

Regler för Stubben och O-ligan

Stubben:
gäller endast dagtävlingar och segerpoängen enligt följande:
Elitklasser med över 40 startande herrar och 20 damer ger 110 + 2 bonuspoäng.
Elitklasser under 40 startande herrar och 20 damer ger 105+ 2
Alla A-klasser 100 + 2 bonuspoäng
Alla Motionsklasser och lätta klasser samt KM-klasser 90 + 2
Alla öppna klasser 80 + 2

Avdrag görs med 1 poäng för varje påbörjad minut efter segraren + 1 poäng.

Reglerna för O-ligan:
gäller ungdomar upp till 20 år.
Man erhåller poäng efter en tabell i procent till antalet startande.
Procenttalen är 5, 10, 20, 30, 40 och 50 och poängen är 10, 8, 7, 6 5 och 4.
Sämre än 50 % 2 poäng startat och brutit 1 poäng.
vid partävling får var och en halva poängsatsen.
Detta gäller nationella tävlingar och DM.
Deltagande i SM-final. Samma som ovan + 10.
Deltagande i SM-kval och Götalandsmästerskap. Samma som ovan + 5.
5 poäng vid seger i Öppen klass.
Fullföljd träningstävling 2 poäng.

”Stubben” Tio bästa 2002

		Klass	Tävlingar	Poäng
1.	**Emil Svensson**	**H 18**	**10**	**1012**
2.	Per Johansson	H 35	10	987
3.	Gunnar Karlsson	H 80	10	976
4.	Johan Hasselström	H 20	10	970
5.	Mats R Johansson	H 35	10	969
6.	Victor Bergstrand	H 10	10	965
7.	Karl Åkerman	H 65	10	963
8.	Ulrika Fransson	D 14	10	960
	Maria Bergstrand	D 35	10	960
10.	Sofia Fransson	D 12	10	959

O-Ligan 2002

1.	**Emil Svensson**	**H 18**	**10 tävl.**	**92 p**
2.	Johan Hasselström	H 20	10	81
3.	Erik Melén	H 14	10	77
4.	Sofia Fransson	D 12	10	65
	Viktor Bergstrand	H 10	10	65
6.	Ulrika Fransson	D 14	10	58
7.	Therese Fransson	D 18	10	44
8.	Lisa Korall	D 18	10	36
9.	Kristina Hallenberg	D 12	10	26
10.	Caroline Nordh	D 18	10	24

Augustiloppet 17/8 2003

Tävlingsledaren vill på detta sätt uppmana alla MAIF-medlemmar att sätta ett stort rött streck i almanackan den **16/8-17/8** för då arrangerar vi Augustiloppet vid Ånshult. Ånshult ligger ca 1 km norr om De Geersfors.

Vi kommer i år att pröva en ny organisation som innebär att tävlingsledaren under sig har tre blockledare som har var sitt ansvarsområde: *Banläggning, Service, Administration.* Vad som ingår i banläggningen är givet. I service ingår allt på TC utom sekretariat. I Administration ingår starter förutom sekr.
Thomas S ansvarar för banläggning
Sofie S ansvarar för service.
Krister B ansvarar för administration.
Dessa utser ansvariga inom sitt område. En hel del ansvariga är utsedda men några återstår.
De kommer att höra av sig.

Carina

Vad är viktigast, träning eller tävling och vilket av dem uppfanns först??

Ja hur ligger det nu till egentligen? Personligen har jag en uppfattning men inget slutgiltigt svar. Vad jag däremot vet är att bägge begreppen har en mycket lång historia. Men hur uppstod de? Var det någon grottmänniska som en dag kom underfund med att han kunde kasta stenar ganska långt och av ren nyfikenhet ville se om någon annan kunde kasta längre? Och då det uppdagades att ingen annan kunde kasta längre än han blev de andra så avundsjuka att de började träna sig i att kasta stenar för att kunna klå honom. Hipp som happ så hade vi en tävling! För om ingen annan hade brytt sig om att vilja slå stenkastaren så hade hans förmågor inte haft någon som helst betydelse. Så nog kan vi vara ganska glada över att vi är så fruktansvärt angelägna om att vara bäst ibland. Om det nu är det som tävling handlar om.

En annan teori jag har är att det är de galna männen som hittat på det här. Någon gång för länge sedan så fanns det EN vacker kvinna och FÖR många män. Männen kunde givetvis inte komma överens om vem som skulle få denna vackra kvinna till sin hustru och de kunde naturligtvis inte låta henne bestämma. De mycket smarta herrarna kom då på att de skulle anordna en tävling där vinnaren skulle få äkta den vackra kvinnan. De bestämde sedan hur tävlingen skulle gå till och vad den skulle bestå av. Ivriga sprang männen hem och började hårdträna inför tävlingen. Vem som slutligen vann vet jag inte och det bekymrar mig inte heller. Återigen så var det alltså själva tävlingsmomentet som kom först.

Men, jag säger men, det finns en annan väg att gå också. För det är nämligen så att det en gång för inte alls så länge sedan fanns ett gäng tjejer och killar som lyfte tunga saker i en alldeles för varm och liten lokal. Varje dag ägnade de sig åt denna sysselsättning. Av vilken anledning då? Jo, de ville så hemskt gärna få stora muskler och snygga kroppar. Och de lyfte därför sin skrot helhjärtat och med enormt engagemang dagarna i ända. I sin iver passade de även på att se om musklerna växt något mellan lyften i de stora speglar som satts upp runt om i den alldeles för varma och lilla lokalen. Men till deras stora besvikelse gick ingen större förändring att urskilja. När de efter dagar och år av slit börjar inse att de aldrig kommer att få den kropp de tidigare föreställt sig (då det vore fysiskt omöjligt) så börjar de istället att jämföra sig med varandra. Helt plötsligt så handlar inte deras träning om dem själva längre, utan om alla andra. Det blir en tävling både med dem själva och mot varandra. Och slutligen har det gått så långt att det anordnas stora tävlingar där man ska stå på en scen och visa upp sig för en jury som ska avgöra om man är snyggast eller inte. Inför dessa tävlingar är det inte bara själva träningen som tar upp dessa tjejer och killars tid. Nej de ska banta, sola solarie, raka bort all kroppsbehåring och smörja in sig med flottig olja också.

Här kom träningen först och som en följd av den blev det en tävling.

Tro mig när jag säger att jag inte på något viss ogillar tävlingar i sig. Och träning har jag alls ingenting emot. Det som snarare bekymrar mig är motivet till dem båda. Det är min åsikt att om man endast tränar för tävlingens skull det är då man kan vara illa ute. Det leder lätt till att man tappar greppet om sig själv och att man förlorar motivationen. Träna istället för att det är roligt, för att må bra och i sista hand för tävling och utseende. Om hårt slit sedan skulle leda till vinst inom önskad idrott så är det bara att gratulera.

Må nu så bra allesammans!
/Karin Wärn

RESULTATBÖRSEN

Gatloppet Etapp 3 , OK Motala 30/1

Efter handikapp

Långa banan		8 st.	
1.	Johan Pettersson	OK Motala	40.57
2.	Per Johansson	MAIF OL	46.35
3.	Thomas Svensson	MAIF OL	47.03
6.	Mats R Johansson	MAIF OL	50.54
7.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	56.11
Mellanbanan		13 st.	
1.	**Carina B-Svensson**	**MAIF OL**	**29.51**
2.	Johan Hasselström	MAIF OL	30.50
4.	Rolf Hammarlund	MAIF OL	34.04
5.	Anders Rörby	MAIF OL	34.22
6.	Emil Svensson	MAIF OL	34.48
7.	Anders Wärn	MAIF OL	34.49
9.	Bengt Johansson	MAIF OL	36.49
11.	Erik Melén	MAIF OL	37.47
13.	Krister Berger	MAIF OL	46.46
Korta banan		3 st.	
1.	**Ramon Berger**	**MAIF OL**	**12.39**
3.	Stig Bengtsson	MAIF OL	24.55

Gatloppet Etapp 4 , OK Motala 4/2

Efter handikapp

Långa banan		5 st.	
1.	**Fredrik Jönsson**	**MAIF OL**	**38.46**
2.	Per Johansson	MAIF OL	40.53
4.	Mats R Johansson	MAIF OL	43.32
Mellanbanan		11 st.	
1.	**Carina B-Svensson**	**MAIF OL**	**28.14**
2.	Erik Melén	MAIF OL	32.26
4.	Bengt Johansson	MAIF OL	38.32
6.	Krister Berger	MAIF OL	41.19
Korta banan		3 st.	
1.	**Stig Bengtsson**	**MAIF OL**	**17.55**
2.	Ramon Berger	MAIF OL	17.57

Gatloppet Etapp 5, OK Motala 13/2

Efter handikapp

Långa banan		10 st.	
1.	Johan Pettersson	OK Motala	34.17
2.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	36.08
3.	Thomas Svensson	MAIF OL	37.25
4.	Per Johansson	MAIF OL	38.01
5.	Mats R Johansson	MAIF OL	38.43
10.	Anders Hedin	MAIF OL	48.45
Mellanbanan		10 st.	
1.	**Carina B-Svensson MAIF OL**		**24.21**
3.	Anna Korall	MAIF OL	26.13
5.	Stina Korall	MAIF OL	29.26
7.	Johan Hasselström	MAIF OL	30.23
8.	Krister Berger	MAIF OL	31.58
Korta banan		2 st.	
1.	**Stig Bengtsson**	**MAIF OL**	**13.24**
2.	Ramon Berger	MAIF OL	13.30

Gatloppet Etapp 6, OK Motala 22/2

Långa banan		5 st.	
1.	Johan Pettersson	OK Motala	50.16
2.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	56.06
4.	Anders Hedin	MAIF OL	83.24
5.	Anders Rörby	MAIF OL	91.16
Mellanbanan		8 st.	
1.	**Anna Korall**	**MAIF OL**	**36.12**
2.	Carina B-Svensson	MAIF OL	36.24
4.	Stina Korall	MAIF OL	48.06
5.	Krister Berger	MAIF OL	51.18
6.	Lisa Korall	MAIF OL	52.04
Korta banan		4 st.	
1.	**Ramon Berger**	**MAIF OL**	**26.36**
2.	Stig Bengtsson	MAIF OL	27.08
4.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	41.12

Sammanlagt med de fyra bästa resultaten

Långa banan			
1.	Johan Pettersson	OK Motala	4
2.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	7
3.	Per Johansson	MAIF OL	16
5.	Mats R Johansson	MAIF OL	18
6.	Thomas Svensson	MAIF OL	19
8.	Anders Hedin	MAIF OL	74
11.	Johan Hasselström	MAIF OL	117
13.	Fredrik Korall	MAIF OL	154
14.	Anders Rörby	MAIF OL	155
Mellanbanan			
1.	**Carina B-Svensson**	**MAIF OL**	**4**
2.	Anna Korall	MAIF OL	11
4.	Krister Berger	MAIF OL	28
7.	Erik Melé	MAIF OL	68
9.	Bengt Johansson	MAIF OL	76
12.	Johan Hasselström	MAIF OL	109
	Stina Korall	MAIF OL	109
14.	Anders Wärn	MAIF OL	110
16.	Thomas Svensson	MAIF O	151
19.	Rolf Hammarlund	MAIF OL	154
22.	Anders Rörby	MAIF OL	155
23.	Lisa Korall	MAIF OL	156
	Emil Svensson	MAIF OL	156
27.	Rickard Claesson	MAIF OL	158
33.	Leif Hasselström	MAIF OL	162
Korta banan			
1.	**Stig Bengtsson**	**MAIF OL**	**5**
2.	Ramon Berger	MAIF OL	6
9.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	154

Portugal "O" Meeting 2003 1-4/3

D 65		6 st.	
1.	Louise Guichot	LACO	3.34.43
2.	Motal Åkerman	MAIF OL	4.39.35
E1 3, E2 5, E3 4. E4 2			
H 70		13 st.	
1.	Leiv Hope	Kongsberg	2.34.40

	Karl Åkerman	MAIF OL	
	E1 mp, E2 7, E3 8, E4 6		
Tränings-OL, OK Motala 2/3			
Långa banan 7.6 km		5 st.	
1.	Johan Pettersson	OK Motala	52.00
2.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	54.30
3.	Per Johansson	MAIF OL	58.10
5.	Mats R Johansson	MAIF OL	62.50
Mellanbanan 5.3 km		17 st.	
1.	Johan Pettersson	OK Motala	35.00
4.	Anders Rörby	MAIF OL	51.40
6.	Anna Korall	MAIF OL	55.20
7.	Maria Bergstrand	MAIF OL	56.10
12.	Krister Berger	MAIF OL	66.00
13.	Sofie Svensson	MAIF OL	67.30
14.	Stig Bengtsson	MAIF OL	75.50
Korta banan 2.6 km		8 st.	
1.	Gösta Malm	OK Motala	36.00
3.	Lisa Korall	MAIF OL	37.40
5.	Kerstin Bengtsson	MAIF OL	41.05
8.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	62.00
Portugal III Open da Ria 8-9/3			
Veteranos Masc II		61 st.	
1.	Rui Antunes	COC	1.09.39
41.	Karl Åkerman	MAIF OL	1.59.13
	E 1 31, E 2 48		
Veteranos Fem		29 st.	
1.	Margareta Johanson	Individual 02	1.26.18
	Mona Åkerman	MAIF OL	
	E 1 21, E 2 mp		
Tränings-OL, MAIF OL 9/3			
Bana 1 8.5 km		12 st.	
1.	**Mats R Johansson**	**MAIF OL**	**68.24**
3.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	71.28
4.	Peter Bergstrand	MAIF OL	74.11
6.	Fredrik Korall	MAIF OL	76.52
7.	Emil Svensson	MAIF OL	78.55
10.	Thomas Svensson	MAIF OL	90.00
Bana 2 5.8 km		17 st.	
1.	Ulf Eklund	OK Motala	49.49
2.	Anders Wärn	MAIF OL	54.55
3.	Leif Efraimsson	MAIF OL	55.55
5.	Anders Rörby	MAIF OL	60.40
6.	Maria Bergstrand	MAIF OL	62.30
7.	Erik Melén	MAIF OL	67.13
8.	Anna Korall	MAIF OL	68.33
9.	Carina B-Svensson	MAIF OL	72.22
Bana 3 3.7 km		11 st.	
1.	Lars Ström	TGOK	42.42
2.	Ramon Berger	MAIF OL	51.44
4.	Stig Bengtsson	MAIF OL	63.54
5.	Tord Fransson	MAIF OL	64.14
6.	Lisa Korall	MAIF OL	65.17
7.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	75.22
Bana 4 2.6 km		2 st.	
1.	**Victor Bergstrand**	**MAIF OL**	**80.14**
2.	Frida Bergstrand	MAIF OL	83.36

Härlövs IF Nationella 15/3			
H 80 2.430 m		2 st.	
1.	Uno Åshage	Halmstad OK	54.21
2.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	56.41
Härlövs IF Nationella 16/3			
H 80 2.960 m		4 st.	
1.	Claes Claesson	Malmö OK	56.29
2.	Gunna Karlsson	MAIF OL	56.57
Tränings-OL, TGOK 16/3			
Öppen 1 2.750 m		7 st.	
1.	Johan Allard	TGOK	24.00
5.	Mona Åkerman	MAIF OL	62.32
Öppen 2 3.450 m		11 st.	
1.	Sören Larsson	TGOK	39.53
2.	Kerstin Bengtsson	MAIF OL	50.55
5.	Karl Åkerman	MAIF OL	59.55
8.	Victor Bergstrand	MAIF OL	93.38
9.	Frida Bergstrand	MAIF OL	95.00
Öppen 3 4.500 m		17 st.	
1.	Tony Carlsson	OK Motala	36.14
2.	Erik Melén	MAIF OL	43.46
9.	Lotta Oscarsson	MAIF OL	50.49
14.	Stig Bengtsson	MAIF OL	58.00
15.	Bengt Johansson	MAIF OL	58.06
16.	Tord Fransson	MAIF OL	62.37
17.	Nils-Erik Palm	MAIF OL	64.07
Öppen 4 6.300 m		8 st.	
1.	**Leif Efraimsson**	**MAIF OL**	**52.22**
4.	Anders Wärn	MAIF OL	66.58
5.	Maria Bergstrand	MAIF OL	69.13
6.	Anna Korall	MAIF OL	72.10
Öppen 5 8.250 m		10 st.	
1.	Örjan Pettersson	TGOK	59.22
4.	Mats R Johansson	MAIF OL	64.01
6.	Anders Bruhn	MAIF OL	73.48
7.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	75.12
Veteran OL, Mjölby OK 20/3			
Långa banan 4.000 m		15 st.	
1.	Roland Alsén	OK Roxen	32.58
4.	Karl Åkerman	MAIF OL	48.07
10.	Bengt Johansson	MAIF OL	53.21
Korta banan 3.000 m		21 st.	
1.	Ants Aarna	LAIK	39.05
2.	Stig Bengtsson	MAIF OL	40.55
9.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	53.06
10.	Stig Andersson	MAIF OL	53.15
13.	Hans Johansson	MAIF OL	55.15
17.	Mona Åkerman	MAIF OL	66.55
Hjärnarp GH OL , 22/3			
D 60 3.340 m		12 st.	
1.	Birgitta Olsson	OK Stigen	30.43
8.	Kerstin Bengtsson	MAIF OL	4.36
H 65 3.890 m		16 st.	
1.	Göran Karlsson	OK Bävern	30.39
15.	Stig Bengtsson	MAIF OL	52.26
H 80 2.360 m		4 st.	

1.	Nils Carlsson	FK Snapph.	42.40
2.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	43.18

OK Orion, 22/3

D 70	3.050 m	6 st.	
1.	Inga-Lisa Hedström	Pan-Krist.	36.19
4.	Mona Åkerman	MAIF OL	58.29
H 70	4.060 m	8 st.	
1.	Göran Ekebjär	OK Kåre	40.35
3.	Karl Åkerman	MAIF OL	43.01

Hjärnarp GH OL Elittävling 23/3

H 20 Elit	10.080 m	7 st.	
1.	Pontus Nilsson	Halmstad OK	75.02
5.	Emil Svensson	MAIF OL	81.15
H 80	3.360 m	6 st.	
1.	Nils Carlsson	FK Snapph.	41.13
4.	Gunnar Karlsson	MAIF OL	67.00
H 70	3.800 m	21 st.	
1.	Leif Claesson	Tormest. IF	35.55
19.	Ramon Berger	MAIF OL	51.18
H 65	3.800 m	19 st.	
1.	Göran Karlsson	OK Bävern	33.10
14.	Stig Bengtsson	MAIF OL	44.19
H 55	5.540 m	46 st.	
1.	Stefan Larsson	OK Njudung	37.25
42.	Nils-Erik Palm	MAIF OL	64.45
H 50	5.440 m	33 st.	
1.	Håkan Winnberg	IK Trenne	40.50
25.	Anders Hedin	MAIF OL	68.54
H 35 L	8.270 m	5 st.	
1.	Bo Granstedt	IKHP	50.23
2.	Per Johansson	MAIF OL	50.27
3.	Peter Bergstrand	MAIF OL	60.03
5.	Fredrik Jönsson	MAIF OL	64.27
H 35	7.010 m	5 st.	
1.	Robert Johansson	Helsingborg	58.08
5.	Krister Berger	MAIF OL	79.23
H 21 L	12.720 m	12 st.	
1.	Ingvar Åkesson	IKHP	78.49
11.	Martin Hammarlund	MAIF OL	124.59
H 21	8.270 m	28 st.	
1.	Anders Jönsson	OK Torfinn	56.30
21.	Fredrik Korall	MAIF OL	72.18
H 18	6.050 m	6 st.	
1.	Ralf Andersson	OK Torfinn	49.01
3.	Rickard Claesson	MAIF OL	55.53
H 16	5.440 m	20 st.	
1.	Ola Nyberg	Pan-Kristians	42.04
12.	Erik Melén	MAIF OL	48.56
H 12	2.280 m	12 st.	
1.	Andreas Westlund	Hässleh.OK	18.34
11.	Victor Bergstrand	MAIF OL	34.52
D 60	3.360 m	14 st.	
1.	Helen Andertoft	Markaryd	30.41
11.	Kerstin Bengtsson	MAIF OL	43.23
D 40	4.420 m	10 st.	
1.	**Maria Bergstrand**	**MAIF OL**	**42.32**
2.	Carina B-Svensson	MAIF OL	47.11
8.	Ingrid Roos	MAIF OL	58.36
D 21	5.440 m	13 st.	
1.	Ulrika Lindberg	Helsingborg	48.46
8.	Anna Korall	MAIF OL	56.47
9.	Sofie Svensson	MAIF OL	60.22
D 20	4.620 m	4 st.	
1.	Merit Lassing	Frosta OK	55.21
2.	Lisa Korall	MAIF OL	68.15
D 14	3.600 m	17 st.	
1.	Linda Nilsson	Andrarum	31.50
17.	Sofia Fransson	MAIF OL	57.35
Öppen 10 Insk.	1.850 m	15 st.	
1.	Nathalie Lindahl	Örkelljunga	21.01
9.	Frida Bergstrand	MAIF OL	36.25

Måsenstafetten, OK Måsen 23/3

H 130		38 st.	
1.	IFK Lidingö SOK		122.11
26.	Motala AIF OL		157.40

(Leif Efvraimsson 12, Mats R Johansson 12, Tord Fransson 30).

Svartnatta, Vingåkers OK 28/3

Öppen klass		46 st.	
1.	OK Tisaren		1.05.52
39.	Motala AIF OL		1.46.06

(Anna Korall 30, Ingrid Roos 42)

Bauernatta, Jönköpings OK 2/4

H 21 L	7.780 m	24 st.	
1.	Joakim Karlsson	IKHP	49.16
21.	Fredrik Korall	MAIF OL	68.41
D 40	3.800 m	4 st.	
1.	Eva Carlsson	Tenhult SOK	34.40
4.	Ingrid Roos	MAIF OL	47.58

Björkadagen
Söndagen den 15/6
kl 10.00

Tipspromenad,
Frälsningsarmén,
Kaffe med dopp
Välkomna