

1945. Annandagen, den 2 april, ordnade Gunnar Karlsson en tränings-orientering vid MAIF:s gamla Sportstuga, torpet Sörbo vid Lilla Vänstern. Eftersom banläggaren hade vissa problem med fortskaffningsmedel på morgonen, skickade Gustav Karlsson ut som första man med kontrollerna på Långa banan. Det funkade bra.

Långa banan, 9,4 km.:	1	Gunnar Nylander	1.21,18
	2	Göte Magnuson	1.32,27
	3	Gustav Karlsson	1.34,12
	4	Hans Tillberg	1.47,35
	5	Svante Magnuson	1.48,10
	6	Harald Danell	1.48,53
	7	Olle Nylander	1.55,30
	8	Allan Bringby	2.09,35

Korta banan, 3,9 km.:	1	Inge Carlsson	45,40
	2	Rolf Andersson	46,10
	3	Tore Sandström	49,03
	4	Åke Ekholm	49,05
	5	Åke Berg	52,45
	6	Evert Rydell	53,36
	7	Gösta Jansson	56,08
	8	Per Ekman	1.04,20
	9	Kurt Kling	1.05,25
	10	Lennart Brask	1.07,30
	11	Bengt Åke Mohlin	1.09,28
		Bengt Mähler	1.09,28
	13	Harald Leander	1.13,22
	14	Lars Sandström	1.18,28
	15	Einar Bringby	1.21,50

	1	Eva Källgren	1.04,15
	2	Ingrid Johnsson	1.16,20
	3	Gunborg Ekholm	1.28,18

Av sammanlagt 33 startande bröt 7.