

# 2016



Verksamhetsberättelse för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb

## **VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2016**

Styrelsen för Helsingborgs Skid- och Orienteringsklubb avger verksamhetsberättelse för perioden 1 januari 2016 till 31 december 2016.

10 protokollförda styrelsemöten har hållits under året samt 2 föreningsmöten.

Nedan presenteras klubbens funktionärer samt verksamhetsberättelser från de olika grupperna.

### **Styrelse och funktionärer under 2016**

Ordförande/vice kassör	Roy Owesson
Vice ordförande	Bengt Johnson
Kassör	Barbro Norrestam
Sekreterare	Helena Åhlin
Ledamot	Macke Selander
Ledamot	Stefan Norrestam
Ledamot	Fredrik Hjort
Ledamot	Oscar Grönvall
Suppleanter	Erik Ahlström Veronika Palmertz
VU	Roy Owesson Barbro Norrestam Helena Åhlin
Revisorer	Tor-Eve Bengtsson Lennart Borgkvist
Revisorsuppleant	Per Rudqvist
Valberedning	Josefine Nilsson Dennis Rudqvist Roy Owesson (styrelserepresentant)

### **Aktivitetsgruppen (Tävling & Träning)**

Huvudansvarig	Oscar Grönvall (även styrelseledamot)
Ansvarig ungdom	Johan Bökman
Ledamöter ungdom	Mikael Friberg Edo Drenth Johan Bökman Josefine Nilsson Mats Ranbro Linda Ranbro Stefan Dahl Pär Eriksson Lisa Kjellén Veronika Palmertz Anton Engström

Ansvarig Jun/Sen	Joakim Sjöberg Oscar Cervin
Ledamöter	Malin Thorneman Ellen Rosenkvist
Ansvarig Bredd Ledamot bredd	Dennis Rudqvist Erik Ahlström
Ansvarig Veteraner	Stig Johansson

### **Arrangemang**

Huvudansvarig Ledamöter	Stefan Norrestam (även styrelseledamot) Mats Nilsson Roy Owesson Tommy Petersson Jonas Åhlin Patrik Johansson Sven-Eric Ericson Felix Alnervik Lennart Stensson Edo Drenth Dennis Rudqvist Bengt Johnsson Erik Ahlström
----------------------------	---

### **Administration**

Huvudansvarig Ledamöter	Macke Selander (även styrelseledamot) Rolf Gustavsson Roy Owesson Bengt Lundh Lennart Stensson Barbro Norrestam Jonas Åhlin Göran Rosenkvist Erik Ahlström Lars-Göran Frisell Dag Lewis-Jonsson
----------------------------	---

### **Anslutning och representation**

Föreningen har under året tillhört följande förbund och organisationer:

Svenska Orienteringsförbundet	Föreningen Idrottsarkivet FIA
Svenska Skidförbundet	Helsingborgs Nya Bingoallians
Svenska Friidrottsförbundet	Helsingborgs Ungdomsråd
Skånes Orienteringsförbund	Hälsingborgsidrottens Samorganisation
Skånes Skidförbund	
Skånes Idrottsförbund	
Skånes Friidrottsförbund	

### **Ombud i förbund och organisationer**

Skånes Orienteringsförbund	Roy Owesson
Helsingborgs Nya Bingoallians	Roy Owesson
Övriga ombud utses av styrelsen vid behov.	

## **Aktivitetsgruppen (Tävling & Träning)**

### **Ungdomsgruppen**

Exempel på aktiviteter under året:

- Tävling & träningsresa Åhus 4-6 mars
- Ungdomstävling NV och läger NV 4-5 juni
- Våravslutning 9 juni
- Sommarskola 14-16 juni
- Medverkan i kombinationslag i H18 och D18 och två egna lag i D/H 12 på U-10-Mila 7-9 augusti
- Älgots Cup final & U 7-manna 1-2 oktober
- Höstläger i Pålsjö 26-27 november

Under året har det varit stor aktivitet med läger och tävling- och träningsresor. 20-25 ungdomar har deltagit i dessa. Efter sommaren var intresset mycket stort för att prova på orientering. 13 nya ungdomar har fortsatt och är nu med och tränar kontinuerligt. Våra ordinarie torsdagsträningar har under hösten haft i snitt 40 ungdomar med ibland över 45 deltagare. Föregående år var motsvarande siffra 30-35 och året dessförinnan 20-25. Fler ungdomar har deltagit i tisdagsträningarna som samarrangeras med OL-NV. Vi har sett en snabb utveckling av orienteringstekniken hos de som kontinuerligt är med på dessa mycket uppskattade träningar.

Åtta ungdomar har deltagit i olika tävlingar, tävlingsresor och läger arrangerade av SKOF.

Tre ungdomar har varit med och representerat Skåne vid USM och regionmästerskap.

### **Junior & Senior**

#### **Träning**

Vi har under vinterhalvåret tränat funktionell styrketräning i vår klubbstuga i Pålsjö på måndagar. OL-nordväststräningarna har blivit fler i år, under vinter, vår och höst har vi kunnat springa nattcuper och teknikträningar på tisdagar, och även ibland onsdagar och lördagar när det inte är tävlingssäsong. Dessa träningar är mycket bra, och mycket uppskattade.

Övriga tisdagar och torsdagar tränar vi intervallträning med IS Göta, som har god upplutning och hög kvalitet på träningarna.

#### **HSOK Sommarcup 2016**

Sommarcupen är inne på sitt sjunde år och är minst lika populär som vanligt. I år hade vi tre etapper, på Ättekulla, Rydebäck och med klassisk avslutning i Pålsjö. Läs vidare under Breddgruppen.

## **Träningsläger**

### *Utlandsläger*

I februari var en handfull löpare tillbaka i Alicante i Spanien för en veckas orientering i värmen. Spanien bjöd på teknisk orientering och solsäkert väder. Mycket uppskattat.

### *10-milaläger*

I november hade vi traditionsenligt ett förberedande läger inför nästa års 10-mila. I år var inget undantag, och ett antal medlemmar åkte upp till Göteborg för en långhelg i den krävande terrängen.

## **Tävlingsresor**

### *Pan-Våren*

Som bekant inleder Pan-Våren tävlingssäsongen och HSOK:s löpare var entusiastiska att få ge sig ut i den snabbblöpta tallskogen utanför Åhus. I år hade ungdomsgruppen nästan ett helt vandrarhem för sig själva, och där fanns även plats för juniorer och seniorer.

### *Klubbresa -Örebro*

Efter förra årets succé var HSOK tillbaka i Örebro över Kristi himmelfärd för att springa närkekvartetten. Även i år var det ett stort gäng, allt från ungdomar till veteraner, som åkte upp tillsammans, och liksom tidigare år blev det hela väldigt trevligt för alla deltagande.

## **Klubbmästerskap**

### *Klubbmästerskap Natt*

Natt-KM arrangerades i Pålsjö skog, där vi även bjöd in Hjärnarp och Rävetofta. En del ungdomar provade på nattorientering och uppslutningen blev relativt god.

### *Klubbmästerskap Terräng*

Som vanligt arrangerades Terräng-KM på slingan söder om järnvägen i Pålsjö, med olika antal varv beroende på klass. Uppslutningen var god bland ungdomarna, men bland de andra deltog det lite sparsamt.

## **DM**

Årets DM bjöd på ett par goda placeringar, främst i stafett. Vid DM i sprintstafett plockade vi hem en seger i HD21, och i den traditionella stafetten plockade våra damer hem en tung seger i D21 framför OK Pan-Kristianstad och Skåneslätten. Även D17-20-laget sprang bra där och plockade hem en tredjeplats.

## **Övrig tävlingsverksamhet**

### *Tjoget*

Tjoget är som vanligt något av en folkfest, och i år var inget undantag. Till skillnad från många tidigare år möttes vi av lite regn och kyla, men ju längre tävlingen led desto bättre blev det och på söndagsmorgonen visade sig tjogetvärmen ordentligt. Laget slutade tyvärr med en felstämpling. Nya tag nästa år!

### *Revinge-by-night*

Denna enkla stafett en fredagskväll i oktober arrangeras av Lunds OK och Malmö OK. I år ställde vi ett starkt lag på startlinjen med målet att ta tillbaka titeln som vi snöpligt förlorade förra året. Målet lyckades och HSOK står återigen som segrare!

### *Fyrklubbs*

Fyrklubbs arrangerades i år av Härlövs IF som bjöd in till en härlig öppen bokskog. De senaste åren har vi lyckats hålla oss fast i A-gruppen, och målet var att göra detsamma även i år. Kontrasten var stor jämfört med förra året när vi hade 50 fullföljande deltagare, i år lyckades vi med nöd och näppe skrapa ihop ett helt lag. Trots starka insatser räckte vi inte till mot Pan-Kristianstad, Lund och Göingarna, utan får till nästa år sikta in oss på att försöka vinna B-klassen.

### *O-ringen*

I år arrangerades O-ringen i Sälenfjällen. Klubben deltog med 53 startande och flera personer placerade sig bland de trettio bästa i sina grupper. Rune Isaksson och Eva Roos tog hem totalsegern i sina grupper. För våra ungdomar var den annorlunda terrängen en utmaning och resultaten varierade från dag till dag. Även väderförhållandena varierade under dagen. Ett par dagar var det dåliga siktförhållanden på förmiddagen, men bra sikt på eftermiddagen, så beroende på starttid varierade förutsättningarna. Årets tävlingsarena erbjöd en annorlunda start, då man erbjöds linbana upp till starten. Några av klubbens ungdomar hann dessutom med att konfirmera sig inför O-ringendagarna, då de medverkade i orienteringskonfirmeringsläger i samma trakt.

## **Breddgruppen**

### **Motionsorientering**

Under året så har Motionsorientering arrangerats 6 gånger under sommaren. Mängden deltagare har varierat beroende på väder och vind, men arrangemanget har varit populärt med en toppnotering på 69 deltagare den 28 juni. Extra roligt, och bra för klubben har varit att antalet ”icke medlemmar” har varit extra stort i år, där det några gånger var fler ”icke medlemmar” än HSOK:are. Riktigt glädjande, och något som även märktes i HSOK:s ungdomsverksamhet och klubbens intensivkurs senare i augusti. Några motionsorienterare provade också på Sommarcupen som blev en naturlig fortsättning på motionsorienteringen. Se separata punkter.

### **HSOK:s Sommarcup 2016**

För sjunde året i rad arrangerades HSOK Sommarcup på samma tid och dag som de föregående veckornas Motionsorientering. Den inledande etappen avgjordes i hällande regn på Ättekulla, med uppföljning i Rydebäck och final i vårt klassiska Pålsjö skog. Även om vi gjorde diger reklam för att ta med oss ”icke medlemmar” från Motionsorienteringen till Sommarcupen, så dominerade HSOK:s medlemmar. Finalen lockade flest, hela 57 personer deltog med 4 icke medlemmar. Alla etapperna förgylldes av traditionsenlig förtäring efter målgång.

### **Intensivkurs Vuxna Nybörjare**

Under året så provades ett nytt koncept för vuxenutbildning. Erik Ahlström, som tidigare under året deltog i en SOFT-arrangerad utbildning i ämnet, var projektledare för en utbildning som gick av stapeln helgen den 26-28 augusti. Tanken var att under en intensiv helg, fokusera på vuxna nybörjare och deras behov, och utbilda dessa till att efter helgen kunna ta sig ann en orange tävlingsbana. Hela 12 deltagare var med premiär-helgen, varav 5 st helt nya medlemmar. Den efterföljande utvärderingen gav mersmak för nya kurser, då alla var nöjda med kursen varav 8 gav toppbetyg. Ny kurs är redan

inplanerad till helgen 31/3 – 2/4 2017. Kan tilläggas att ett flertal deltagare har framgångsrikt genomfört tävlingar efter kursen, med till och med en gruppseger.

## Veteraner

Under året har Veteran OL NV Skåne, även kallas för OLdringsvården, haft 22 sammankomster med totalt 1101 startande vilket är fler än 2015 nämligen med hela 26. Detta ger ett snitt på 50 deltagare per sammankomst vilket också är en ökning jämfört med 2015.

Vår årliga Kulturutflykt var den 25 maj. I år samlades ett 35-tal ol-veteraner vid Skärälid. Här fick vi en guidad information vid utställningen om Söderåsens historia och hur den bildades. En kortare skogspromenad och sedan smakade den medhavda lunchen utmärkt vid den vackra skogsdammen.

Nästa mål blev Skarhults slott, norr om Eslöv. Här fick vi uppleva en spännande guidning av deras mycket omtyckta utställning ”Den dolda kvinnomakten”, som beskriver många av de kvinnor som levt på Skarhult och hur de påverkat slottets historia. På ett mycket spännande sätt var rummen möblerade tidstypiskt för de personer det handlade om. Dagen avslutades med en promenad i parken och besök i slottskyrkan från 11-talet.

Under året har vi ordnat veteran OL träningar oftast i Pålsjö på de onsdagar som ligger på udda veckor. På dessa träningar, 29 till antalet, har det totalt kommit 557 startande, och vid dessa tillfällen så har veteranerna först sprungit av sig i skogen för att sedan sitta kvar länge och fika så det nästan blivit lunch innan de tar sig hemåt.

För att inte tala om vår Veteran OL-fest, för när denna går av stapeln då blir stela leder, fötter och huvuden som tonåringar och det dansas helt vilt och mellan danserna så tillför veteranerna energi i fast föda och den viktiga sportdrycken. Vår fest den 4 juni innehöll även en micro-orientering vilket medförde att alla måste titta upp, rakt fram eller ned för att se alla kontroller. På denna fest var vi 26 glada och uppspelta veteraner.

Så totalt har vi varit 1101 veteraner på Veteran OL, 35 på kultur utflykten, 557 på veteran ol träningar och 26 på vår fest så totalt blir det 1719 startande vilket slår alla tidigare år med råge.

Deltagit har 52 damer ökning med 3, och 73 herrar ökning med 9, olika åldrar allt från ynglingar på 55+ till godingar som är 91. Av de 22 sammankomsterna har HSOK arrangerat 6 st och resterande 16 av orienteringsklubbar runt om i nordväst Skåne. Vid våra underbara träffar har vi varit i områdena Pålsjö- Kullaberg- Lerberget-Örkelljunga-Klippan- Söderåsen- Lerberget- Tockarp- Ängelholm- Hyllinge-Lärkesholm- Åstorp, samt några nya områden.

Inför varje Veteran Ol skickas det ett mail på söndagen till samtliga veteraner var vi träffas på kommande onsdag och alla nödvändig info tex. en eniro kartfil som visar vart vi ska träffas, samt på onsdagskvällen får de ett mail med dagens resultat mm. Vi använder oss av sportident på samtliga Veteran Ol träffar där vi sedan skriver ut tiden för de som vill, en del bara deltar och det är ok, andra vill ha sin tid, alla får som de vill ha det.

Vi har som flest varit 72 deltagare nytt rekord med 3 och som minst 35 deltagare även detta är ett rekord jämfört med 2015 och det har varit 22 olika banläggare. Det är inte bara vanlig orientering vi har haft utan också upplysta kontroller med gåtor, skärmar med plåster, pepparkaks OL, glasfiberstolpar med och utan skärmar och mycket mycket mera.

Många nya veteraner har tillkommit under året så genomsnittsåldern har sjunkit fast att vi blir äldre, detta är ju den högre matematiken, men tyvärr har några också fallit ifrån.

Trots de olika svårigheterna med terrängen, OL- banan, kontrollplaceringen, kontrolltypen så har alla tagit sig runt och ingen blivit kvar i skogen, tror vi, och det har inte regnat en enda gång. Efter varje genomfört lopp samlas vi för en underbar fikastund i naturen eller inomhus och lyssnar på dagens resultat och alla hemligheter som det berättas om som inte tål att skrivas i denna verksamhetsberättelse.

Veteran OL i NV Skåne har en egen hemsida, se nedan <http://veteranol.hsok.se/> Ansvarig sammanhållare mm Stig Johansson HSOK.

## **Tävlingsarrangemang**

Helsingborgs SOK tillsammans med Helsingörs SOK arrangerade för 19:e gången ”Tre skåningar och En dansk”. Tävlingen är numera en förkortade medeldistans-OL med sprintkaraktär förlagd till fin bokskogs-, strövområdes- respektive parkterräng i Helsingborgs och Helsingörs omedelbara närhet. Två av Helsingborgsetapperna gick i stadsmiljö med mycket parkmark. Tävlingen hade cirka 120 färre startande än förra året.

Det blev som vanligt en mycket väl genomförd tävling utav många engagerade funktionärer från båda klubbarna. Årets tävlingsledare var Mats Nilsson och Bengt Johnsson.

Den första etappen var förlagd i Rydebäck med ett strandnära TC och startplats. Likt förra året var det fri starttid för alla på denna etapp, vilket var mycket uppskattat av löparna. Andra etappen ansvarade som vanligt Helsingörs SOK för. Efter turen till Danmark tog sig löparna till Lördagens Helsingborgs etapp som var förlagd till Raus mark där TC var förlagd på ången över tågtunneln. Den avslutande etappen gick i Pålsjö med ett TC i den norra delen av Pålsjö. Det blev en avslutande etapp i strålande solsken som värmdde oss alla. Totalt blev det 2806 starter på de fyra etapperna, (2926 starter förra året) För femte året arrangerades ”Pålsjöterrängen”. Den genomfördes den 6 augusti i växlande molnighet med start och mål bakom Pålsjö slott. Likt tidigare år erbjöds fyra klasser, 5 km herrar och damer samt 10 km herrar och damer. Under löpmässigt bra förhållande sprang 186 (228 året innan) hoppfulla löpare den väl snitslade mycket tuffa banan, ett eller två varv. Efter loppet hördes från många väldigt trötta och utmattade deltagare enbart positiva kommentarer om banan och själva tävlingen. Lotta Lewis-Johnsson var tävlingsledare för återigen ett mycket välarrangerat arrangemang.

## **Administrationsgruppen**

### **Pålsjö, klubbgården**

Pålsjö har under året som vanligt varit flitigt använd. Inte minst ungdomsträning torsdagar och veteranernas träning varannan onsdag.

Många helger har stugan varit uthyrd, vilket inbringat bra ekonomiskt stöd till driften av stugan. I samarbete med förvaltare är planering av utbyte till nya elradiatorer på gång inför kommande år. Städning av Pålsjö har på ett bra sätt skötts av medlemmarna efter veckoschema.

### **Föreningsmöten**

Under verksamhetsåret har det hållits två Föreningsmöten i klubbstugan i Pålsjö.

Vid Föreningsmötet den 30 maj informerades och behandlades följande:

- Erik Ahlström informerade om Göteborg-Majorna OK:s lyckade koncept med intensivkurs för vuxna. Konceptet är resursintensivt men ger ett mycket gott resultat.



- Roy O informerade om att Bingospelet i den Nya Bingoalliansen minskat med 30 %. Orsaken är den ökande förekomsten av Bingospel hos svartklubbar.
- HSOK:s sommarpraktikanter höll orienteringsskola den 14-16 juni. 23 ungdomar fullföljde kursen.
- En introduktion om orienteringssporten för ”nyanlända ungdomar” hölls i Pålsjö den 23 juni. Ett 40-tal ungdomar med ledare deltog. Roy O och Erik Ahlström höll i introduktionen.
- Vid träningsorienteringar i regi av OL-Nordväst har dubbelt så många HSOK:are deltagit i årets träningar relativt fjolårets. Mycket glädjande!
- HSOK har per dags dato, den 30 maj, 230 medlemmar.
- År 2018 fyller HSOK 50 år! Hur skall vi fira detta jubileum? Idéer välkomnas!
- Dag Lewis-Jonsson informerade om Naturreservatet Pålsjö, spårvägstrafik, järnvägsplan, kabeldragning och Barnens drömskog.

Vid Föreningsmötet och det Extra Årsmöte den 28 november informerades och behandlades följande:

- Föreningsmötet inleddes med att ordföranden Roy Owesson via bildspel presenterade vad vi i HSOK tillsammans åstadkommit under året. Idrottsliga framgångar, arrangemang, ungdoms-, junior-, seniorverksamhet, budget, OL-Nordväst m.m. Tyngdpunkten i denna presentation utgjordes av styrelsens budgetskiss för verksamhetsåret 2017.
- Det Extra Årsmötet föranleddes av styrelsens förslag till nya stadgar med appendix. Efter diskussioner, där ordet bör ersattas med skall i § 23, antog ett enigt årsmöte de nya stadgarna med appendix.  
Angående införandet av nya stadgar eller ändring av dessa krävs beslut av ett årsmöte med 2/3 majoritet enligt RF:s stadgemall för idrottsföreningar. Styrelsen har emellertid beslutat att stadgarna med appendix skall fastställas en andra gång vid Årsmötet den 30 januari 2017.

#### Styrelsemöten

Under verksamhetsåret har HSOK:s styrelse hållit tio (10) styrelsemöten i klubbstugan i Pålsjö.

#### Prégen

Bulletinen Prégen har under verksamhetsåret utkommit med sex (6) nummer och utgör en nätbaserad klubbtidning som tar upp allehanda händelser i klubben. I Prégen har klubbmedlemmen bl.a. kunnat läsa om genomförda tävlingar, tävlingsresultat, externa möten, styrelsemöten, föreningsmöten, klubbträningar, träningsläger, egna arrangemang men även information från SKOF och SOFT.

#### Senderödsgruppen

Senderödsgruppen, d.v.s. Dag Lewis-Jonsson, Rolf Gustafsson och Macke Selander, har under året haft sex (6) möten som dels hållits i kolonistugan i Senderöd och dels i klubbstugan i Pålsjö.

På agendan har bl.a. stått:

- Bevakning av tidigare skriftligt yttrande om förläggningen av två stycken 132 kV kabelförband inom Naturområdet Pålsjö.
- Dra upp riktlinjer angående yttrande om **Helsingborgs Stadsplan 2017**. Skriftligt yttrande inskickat till Stadsbyggnadsnämnden den 19 september.
- Bevakning av händelseutvecklingen kring överklaganden angående Naturreservatet Pålsjö.

Gruppen tycker bl.a. att det saknas och absolut bör tillföras hur Helsingborgs stad skall uppfylla Miljöprogrammets mål om utökad skogsplantering runt tätorterna.

#### Medlemsregister/Hemsida

Lars-Göran Frisell har under verksamhetsåret haft hand om medlemsregistret (IdrottOnline) och Eventor.

Felix Alnervik har som administratör hanterat hemsidan och ”allt” runtomkring denna funktion. Erik Alnervik, Dennis Rudqvist och Erik Ahlström är andra aktiva administratörer. På hemsida har klubbmedlemmen kunnat erhålla information om träningar och tävlingar men även bli informerad om nyheter, aktiviteter, arrangemang, övrig verksamhet mm. Gästboken har tidigare fungerat som

”anslagstavla” medlemmar emellan. Denna funktion sker numera i huvudsak via ”sociala medier” där information och meddelanden snabbt och effektivt sprids till klubbmedlemmarna.

Fliken ”övrigt” innehåller bl.a. kartpärm, fotoalbum och internt. Under ”internt” finner klubbmedlemmen efter inloggning bl.a. Stadgar med Appendix – Styrelseprotokoll – Årsmötesprotokoll – Medlemsregister etc.

Under året fick Erik Ahlström, av HSOK:s styrelse, uppdraget att titta över och förbättra hemsidan. Ett arbete som startats upp och pågått under verksamhetsåret.

Pålsjöterrängens hemsida har administrerats av Erik Alnervik och Tre Skåningar & En Dansk motsvarighet administrerats av Felix och Erik Alnervik.

### Bingo, Sponsring

Den nya Bingoalliansen, Helsingborgs Nya Bingoallians 2013, genererar ett visst ekonomiskt bidrag till klubben. Dock inte i nivå med bidragen från tidigare Bingoallians. HSOK är ej delägare i den Nya Bingoalliansen utan endast medlem. Roy Owesson har under verksamhetsåret varit klubbens representant.

### Motions-OL

Motionsorientering har under verksamhetsåret arrangerats vid sex tillfällen. Toppnoteringar i antalet startande noterades den 28 juni med 69 startande. Totalt gjordes 295 starter i årets motionsorientering. Glädjande noterade vi att antalet ”icke orienterare” sökt sig till Motionsorienteringen och verkligen uppskattat arrangemanget som sådant.

### Skol-OL

Till årets skolorienteringar tog HSOK fram ett nytt koncept som innebar att respektive skolor höll i orienteringsarrangemangen i egen regi. Ett ”skolpaket” bestående av karta, plastficka och stämpelkort togs fram och levererades av HSOK. Sprintkartan över Pålsjö skog med banpåtryck bestående av 25 fasta kontroller användes. Kontrollbeskrivningar och kartecken trycktes på kartans baksida. Skolornas samlingsplats har varit gräsplanen söder om Krematoriet. Inga funktionärer från HSOK har varit på plats vid arrangemangen.

Några skolor valde att arrangera orienteringen i skolans närområde varför följande kartor sålts till skolor: Barnens skog Filborna, Arenan, Jordbodalen, Elineberg och Rydebäck samt skolkartor över Tågaborgsskolan, Husensjöskolan samt S:t Jörgens skola med Vikingsbergsparken.

Ett undantag från det nya konceptet gjordes till International School of Helsingborg. Till denna skolas orientering printades kartor med inritade banor, två olika svårighetsnivåer. Stativ med skärmar placerades ut i Pålsjö skog. Start- och målfunktion med tidtagning och stämpelkontroll tillhandahölls. Allt fungerade synnerligen tillfredställande.

Under året har vi sålt 1 314 kartor till 25 skolor varav merparten har utgjorts av ”skolpaket”.

### **VINST – OCH FÖRLUSTRÄKNING 2016**

Se bilaga.

### **UTGÅENDE BALANSRÄKNING 2016**

Se bilaga.

## TÄVLINGSRESULTAT 2016

### Orientering mästerskapstävlingar

#### KM Dag

Klass	Klubbmästare
HD 10-12	Felicia Persson
H16	Axel Orrhede
H35-49	Felix Alnervik
D50-64	Britt-Marie Stensson
H50-64	Lennart Carlsen
H65	Sven-Eric Ericson

#### KM Terräng

Klass	Klubbmästare
D10	Felicia Persson
H10	Kurt Sjöberg
D12	Sofia Edman
H12	Viktor Hugosson
D14	Thea Bökman
H16	Jakob Andersson
H17-34	Erik Alnervik
D35-49	Sara Johnson
H35-49	Mikael Andersson
H50-64	Per Rudqvist
H65	Tor-Eve Bengtsson

#### KM Natt

Klass	Klubbmästare
D10	Felicia Persson
H12	Olle Borkmar
H16	Jacob Moberg
H17-34	Erik Alnervik
H35-49	Felix Alnervik
H50-64	Per Rudqvist
D65	Astrid Johannesson
H65	Sven-Eric Ericson

#### DM lång

Klass	Distriktsmästare
D70	Ulla Öhgren

#### DM medel

Klass	Distriktsmästare
D35	Sofie Petersson
D50	Britt-Marie Stensson

**DM stafett**

Klass	Distriktsmästare
D21	Sofie Petersson, Julia Dahl, Lotta Lewis-Jonsson

**SSM**

Klass	Plac	
H15	11	Axel Orrhede
H15	15	Jacob Moberg
D14	10	Thea Bökman

**GM Lång**

Klass	Plac	
D13	6	Thea Bökman
H15	17	Axel Orrhede
H15	42	Jacob Moberg

**GM Sprint**

Klass	Plac	
D13	6	Thea Bökman
H15	27	Axel Orrhede
H15	37	Jacob Moberg

**USM Sprint**

Klass	Plac	
H15	24	Axel Orrhede

**USM Lång**

Klass	Plac	
H15	22	Axel Orrhede

**Veteran SM Sprint**

Klass	Plac	
D35	3	Sofie Petersson
D50	5	Britt-Marie Stensson
H90	1	Rune Isaksson

**Veteran SM Medel**

Klass	Plac	
D35	5	Sofie Petersson
D50	4	Britt-Marie Stensson
H90	1	Rune Isaksson

**Veteran SM Lång**

Klass	Plac	
D35	4	Sofie Petersson
D50	7	Britt-Marie Stensson
H90	1	Rune Isaksson

**Skidor****Vasaloppet**

	Tid	
Anton Marmelid	Ej fullföljt	

**DM 15 km**

Klass	Plac	
H70	1	Lars-Åke Forsberg

**Tävlingsstatistik**

Tävlandes aktiviteter	2016	2015	2014	2013	2012
Antal som tävlat	162	158	157	141	134
Antal starter	1663	1754	1857	1340	1656
Antal segrar	58	104	86	89	114
Antal tävlande som segrat	41	38	42	39	48

**Bästa poängplockare under 2016**

1	Britt-Marie Stensson	975
2	Thea Bökman	954
3	Ewa Roos	933
4	Axel Orrhede	920
5	Felicia Persson	851
6	Patrik Johansson	833
7	Jacob Moberg	793
8	Oskar Cervin	791
9	Roy Owesson	786
10	Felix Alnervik	773

### **Föreningens tävlingsmärke**

Följande löpare har under året uppnått erforderliga poäng för föreningens tävlingsmärke:

2 500 poäng	brons	Nr 218	Mats Ranbro
		Nr 219	Johan Bökman
		Nr 220	Oskar Cervin
		Nr 221	Axel Orrhede
5 000 poäng	silver	Nr 117	Felix Alnervik
		Nr 118	Tommy Peterson
		Nr 119	Dag Lewis-Jonsson
10 000 poäng	guld	Nr 50	Helena Åhlin
15 000 poäng	guld med krans	Nr 28	Patrik Johansson

### **Föreningens vandringspriser**

Följande löpare har erhållit inteckning i föreningens vandringspriser:

Gösta Spogardhs vandringspris	Thea Bökman
FK Bokens vandringspris	Axel Orrhede
IS Götas vandringspris	Malin Thorneman

### **Antalet klubbmedlemmar**

Antalet klubbmedlemmar var 258 vid verksamhetsårets slut, varav 15 st upp till 6 år, 72 st 7–16 år och 26 st 17–25 år.

Styrelsen tackar alla som gjort en insats för klubben under året och ser fram mot ett gott år 2017.

Roy Owesson  
ordförande

Barbro Norrestam  
kassör

Helena Åhlin  
sekreterare

Stefan Norrestam

Bengt Johnson

Fredrik Hjort

Macke Selander

Oscar Grönvall

Erik Ahlström (suppleant)

Veronika Palmertz (suppleant)